مراجعات النخبة

فريق أساتذة النخبة

بنك أسئلة المهارات المهنية

المراجعة النهائية

الفصل الدراسي الثاني 2025

المهارات المهنية



6th

الصف السادس الابتدائي

إعداد أ/ منال عبادي

SCAN ME

أكاديمية تراست اونلاين
المدير التنفيذي
أ/ عمر و محى
01022766007

المحور الثالث (الصحة والسلامة للجميع)

(الدرس الأول) (السلامة والإسعافات الأولية للحروق والصدمات الكهربائية)

أنواع الحروق:-



الحروق هي نوع من الإصابات التي تنتج عن التعرض للحرارة أو المواد الكيميائية أو التيار الكهربائي .

وتنقسم إلي :-

حروق من الدرجة الأولي :- وهي الأبسط إذ تتأثر الطبقة الخارجية من الجلد (البشرة) وقد يسبب الحرق احمرارا وألما للمصاب.

حروق من الدرجة الثانية :- وتكون هذه الحروق أكثر إيلامًا وتؤثر على الطبقة الأولى (البشرة) والطبقة الثانية (الأدمة) وغالبًا يصحبها ظهور التقرحات وخطر الإصابة بالعدوي .

حروق من الدرجة الثالثة :- هي الأشد خطورة حيث إنها تدمر جميع طبقات الجلد وتتطلب العلاج بالمستشفى.

لتجنب الإصابة بالحروق يجب توخي الحذر من المخاطر المحيطة وتوعية الاخرين بالإسعافات الأولية المناسبة

كيف نتجنب الإصابة بالحروق ؟

(١) توخي الحذر من المخاطر المحيطة ، (٢) توعية الآخرين بالإسعافات أولية.

الإسعافات الأولية في حالات الحروق

١- وضع مرهم الحروق على مكان الحروق.
٢- لف الجزء المصاب بشاش خاص بالحروق في حالة عدم وجود تقرحات

إجراءات الإسعافات الأولية في حالات الصدمات الكهربية

١- التأكد من أن الشخص يتنفس بشكل طبيعي.
٢- وضع مرهم أو كريم حروق على الجزء المصاب.
٣- الذهاب إلى المستشفى؛ لأن الحروق الكهربية قد تسبب أضرارا.

نصائح مهمة

- لا تلمس منطقة الحروق.
- لا تستخدم معجون الأسنان أو الليمون لعلاج الحروق.
- عند حدوث حروق بسبب أشعة الشمس يجب أخذ حمام بارد.
- لا تلمس شخصا على اتصال مباشر بالتيار الكهربي.
- في حالة الصدمة الكهربية استخدم مادة عازلة لإيقاف التيار الكهربي.
- قم بإنعاش قلب المصاب بوضع اليد على صدره والضغط بقوة متوسطة ليتنفس.
- اتصل برقم ١٢٣ لإسعاف المصاب بالصدمة الكهربية عند صعوبة التنفس أو الحروق الشديدة.

(الدرس الثاني) (إجراءات واحتياطات السلامة في اعمال السباكة)

السلامة في العمل :-

تتعدد احتياطات السلامة المهنية التي يتبعها السباكون أثناء العمل وتسهم في حماية السباكين من الإصابات والأمراض .

المواد الخطرة والمياه الساخنة :-

غالبا ما يتعرض السباكين للأبخرة والمواد الخطرة بمياه الصرف الصحي أو الغبار الناتج عن الحفر والرصاص والمواد الكيميائية والمياه الساخنة والانابيب الساخنة خطيرة أيضا..

لذلك يجب ان يرتدى السباكون الأدوات لحمايتهم مثل :

- **الأحذية** (تمنع الأحذية المانعة للانزلاق السلامة لانزلاق السباكين وأصابتهم بالأدوات أو القطع المتناثرة)
- **النظارات** (تساعد على وقاية العين من تناثر السوائل وتساقط الحطام)
- **الأقنعة** (تساعد على تجنب استنشاق الغبار والاتربة)
- **القفازات** (تحمي اليدين من المواد الكيميائية والحروق والحوادث المرتبطة بالأدوات)
- **الخوذات** (الوقاية الصلبة ضرورية في المواقع الصناعية)
- **السلم** (يجب استخدام السلم أو السقالات المناسبة لتجنب السقوط)

السلامة عند استخدام الأدوات

١- يجب استخدام الأدوات بحرص وارتداء قفازات وأقنعة ونظارات عند العمل في القطع والحفر أو أي أعمال تبعث الغبار والتراب.
٢- يجب الحرص على عدم تبلل الأسلاك أو الشرائط الكهربية للحماية من الصدمة الكهربية.
٣- عند استخدام مشعل البروبان للحام الأنابيب يجب إبقاء اللهب بعيدا عن المواد القابلة للاحتراق.



أهمية القفازات للسباكين

- تحمي اليدين من المواد الكيميائية والحروق.



أهمية ارتداء الخوذات

- تحمي الخوذات الواقية الصلبة العمال في المواقع الصناعية أثناء العمل.

(الدرس الثالث) (المربي)

المربي:-



هي خليط من ثمار الفاكهة أو بعض الخضروات ومضاف إليه السكر وحامض الستريك (ملح الليمون) ومطهية على درجة حرارة ١٠٥ درجة مئوية حتى يتماسك قوامها.

- تحتوي المربي على نفس العناصر الغذائية الموجودة في الفاكهة المصنوعة منها وتعتبر مصدرا جيدا للفيتامينات والأملاح المعدنية.

الخطوات الأساسية لصنع المربي:-

أجمع الأدوات والمكونات اللازمة :-

الأدوات :- سكين ولوح تقطيع - إناء كبير لطهي المربى - ميزان رقمي - برطمانات زجاجية للتعليب بأغطية - ملعقة تقليب - أداة لرفع البرطمان .

المكونات:- فاكهة طازجة - سكر - البكتين لتماسك قوام المربى - حامض الستريك لحفظ المربي ٥جم لكل كجم من السكر المضاف إلى المربي

تحضير المكونات:- يجب غسل الفاكهة جيدًا وتقطيعها وإزالة الأجزاء التالفة منها - يتم تحديد كمية السكر حسب وزن الفاكهة لكل كيلو فاكهة كيلو سكر - يضاف البكتين لزيادة تماسك المربي وهي مادة طبيعية وتوجد بالتفاح بنسبة عالية.

خلط المكونات وطهيها:- ضع الفاكهة والسكر في إناء ويقلب الخليط على نار هادئة للطهي وإذابة السكر مع التقليب ويضاف حامض الستريك على القليل من الماء الدافئ ويقلب الخليط مرة أخري حتى يصبح جاهز.

تحضير البرطمانات والأغطية :- تعقم بغمرها بالماء وتركها تغلي لمدة ١٠ د وتستخدم أداة رفع البرطمانات لإخراجها وتعقم الاغطية.

التعليب:- تعبأ المربى وهي ساخنة في البرطمانات وتترك حتى تبرد ثم تغلق بإحكام .

(الدرس الرابع) (الزبادي)

أهمية اللبن الزبادي :-



١- مصدر جيد للبروتين والكالسيوم.
٢- وجبة خفيفة يمكن تناولها في الفطور والعشاء.
٣- لبن متخمر بأنواع من بكتيريا حامض اللكتيك المفيدة للجهاز الهضمي.

خطوات صناعة اللبن الزبادي

١- التسخين
- يتم تسخين اللبن إلى ٩٠ درجة لمدة ١٠ دقائق ؛ لقتل الميكروبات الضارة لتحسين القوام النهائي.

٢- التبريد
- يتم تبريد اللبن بسرعة إلى درجة حرارة ٤٠ درجة ، وهي أفضل درجة حرارة لنمو البكتريا المفيدة (الصحية) وتجنب نمو البكتريا الضارة.

٣- إضافة بادئات التخمر
- بادئات التخمر هي زبادي من يوم سابق بمقدار ؟ ملعقة صغيرة / كجم لبن ويذاب البادئ في قليل من اللبن المبرد عند ٤٠ درجة ، ثم يعبأ في عبوات بلاستيكية نظيفة وجافة.

٤- التحضين
- يحفظ الخليط في درجة حرارة ما بين ٤٠ - ٤٥ درجة لمدة ٤ - ٨ ساعات، يتحول خلالها سكراللاكتوز (سكر اللبن) إلى حامض اللاكتيك بفعل البكتريا، ما يعطي الزبادي قوام سميك.

٥- الخطوة الأخيرة
- يحفظ اللبن الزبادي في الثلاجة في عبوات معقمة ومغلفة.

نصائح عند صنع الزبادي في المنزل

١- لا تترك الزبادي في فترة التحضين طويلا ؛ حتى لا يصبح طعمه لاذعا وحمضيا.
٢- لا تقلل درجة حرارة التحضين ؛ حتى لا يصبح قوام الزبادي غير متماسك.
٣- لا ترفع درجة حرارة التحضين؛ حتى لا يحدث تشريش للزيادي (ظهور ماء على السطح).

(الدرس الخامس)
(المشروبات الصحية بديل للمشروبات غير الصحية)

الأثار السلبية للمشروبات الغازية:-



- السكريات الموجودة في المشروبات الغازية تؤدي إلى مشكلات صحية منها زيادة الوزن.
- ويؤدي تناول كميات زائدة من السكر المضاف إلي رفع مستويات السكر في الدم.
- وتساهم في الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني.
- يوجد علاقة بين تناول المشروبات السكرية وارتفاع ضغط الدم.
- زيادة خطر الاصابة بأمراض القلب والسرطان.

المشروبات الصحية كبديل للمشروبات الغازية:-

- المشروبات الغازية الدايت ليست في الواقع خيارًا صحيًا.
- أكتشف الباحثون أن المحليات الصناعية (بديل السكر) لها تأثير ضارًا على البكتيريا المفيدة الموجودة في الجهاز الهضمي.
- تحد المحليات على قدرة الجسم على معالجة السكر بفاعلية وعلى امتصاص العناصر الغذائية الأساسية ويجعلها اكثر صعوبة.
- استهلاك المحليات الصناعية يؤدي الي زيادة الشهية وبالتالي زيادة استهلاك السعرات الحرارية وفي النهاية زيادة الوزن.
- يعيق شرب المشروبات الغازية حمض الفوسفوريك الموجود بها عملية امتصاص الجسم للكالسيوم الضروري لصحة العظام.
- تخلو المشروبات الغازية من الفيتامينات والمعادن والبروتينات والالياف.
- شربها طول اليوم يقلل من تناول الأطعمة والمشروبات المفيدة التي تمد الجسم بالعناصر الغذائية التي يحتاجها وتؤدي الي سوء التغذية بسبب الافراط في تناولها وزيادة السكر بها.
- استبدال شرب المشروبات الغازية ببدائل صحية أخري.

(الدرس السادس) (الوجبات السريعة)

الماضي الجميل :- الطعام المعد بالمنزل يتميز بأنه:-



- في ذكريات الماضي الجميل عند اعداد وتجهيز الوجبات المميزة التي يتناولها الاسرة مع الجيران في المناسبات والاحتفالات
- التي كانت تراعي الاحتياجات الغذائية لكل مرحلة من مراحل النمو (الأطفال والمراهقين والبالغين والمسنين).
- وتتكون من الاحتياجات الغذائية اللازمة عند ممارسة الألعاب الرياضية المختلفة.
- وتحتوي على النكهات اللذيذة والغنية بالمكونات المغذية.

مثل : الكبدة الاسكندراني التي تقدم مع الفلفل الملون واللذيذة للغاية فهي صحية ومصدر غنيا بالبروتينات $(B2)$ والفيتامين (A) والحديد والفيتامينات.

و الفلفل غني بـ (C,E,A,K1) وحمض الفوليك والبوتاسيوم.

في الوقت الحاضر:-

- يفضل الشباب طلب الوجبات السريعة الجاهزة بدلًا من الاستمتاع بوجبات صحية معدة بالمنزل.
- ظهرت سلاسل من مطاعم الوجبات السريعة الدولية في المدن المصرية خلال فترة التسعينات بشكل كبير وزادت الاقبال عليها.
- اكتسبت ايضًا أكشاك ومطاعم الوجبات السريعة المصرية المحلية شعبية كبيرة من خلال تقديم وجبات سريعة بسعر مناسب.
- كما ان ظروف العمل الصعبة لا سيما بالمدن الكبرى تجعل الامر ملائما للأفراد للبقاء في أماكن عملهم وطلب وجبة سريعة تمدهم بالطاقة اللازمة.

أضرار الوجبات السريعة

١. تحتوي على نسبة عالية من من السكر والدهون والكربوهيدرات.
٢. تفتقر إلى وجود الألياف والفيتامينات والمعادن.
٣. تؤدي إلى زيادة الوزن وسوء التغذية؛ حيث يتلقى الجسم وفرة من الطاقة دون أن يحصل على ما يكفيه من العناصر الغذائية.
٤. تؤدي إلى زيادة السمنة بين الأطفال والبالغين.
٥. تؤدي إلى انتشار مرض السكري من النوع الثاني.
٦. تؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم، وأمراض الكبد الدهني.
٧. تؤدي إلى ظهور أمراض مثل : فقر الدم الناتج عن نقص الحديد.
٨. تؤدي إلى تأخر النمو وسوء التغذية.

(الدرس السابع) (البدائل الصحية للوجبات السريعة)

الوجبات السريعة



- الوجبات السريعة والمشروبات الغازية تحتوي على نسب عالية من الدهون والسكريات والملح، وتفتقر إلى العناصر الغذائية الأساسية والألياف.

استبدل الوجبات الصحية بالوجبات السريعة

الوجبات السريعة	البدائل
الأطعمة المقلية بالزيت. الأطعمة الغنية بالدهون غير الصحية.	الأطعمة المشوية والمطهوة بالبخار. استخدام زيت الزيتون.
الوجبات التي تحتوي على نسبة عالية من السكر مثل الحلوى	الفاكهة مع الزبادي. البسكويت والحبوب.
رقائق الذرة والبطاطس التي تحتوي على نسبة عالية من الدهون والملح.	الأطعمة قليلة الدسم مثل الفيشار والمكسرات.
الخبز والكعك المصنوع من الدقيق الأبيض.	الخبز الذي يحتوي على الحبوب والفول السوداني
الوجبات السريعة واللحوم منخفضة الجودة والخبز الأبيض.	الأطعمة المعدة في المنزل مثل البرجر والخضروات والسلطة.

الأطعمة الصحية ..... نكهة ألذ

- يمكن تحويل الوجبات التقليدية إلى وجبات لها طعم ألذ من خلال إضافة التوابل والثوم والبصل، ورفع القيمة الغذائية لها بإضافة الخضروات والحبوب الكاملة لها والبقوليات.

أشهر الأطباق المصرية التقليدية الصحية

١. الملوخية لها قيمة غذائية عالية.
٢. الفول المدمس : مصدر مهم للبروتين النباتي والألياف.
٣. المحشي : تشتهر به مناطق الدلتا وهو عبارة عن حشو أوراق الخضروات بالأرز والطماطم والبصل والبقدونس.
٤. طبق الويكا (البامية) والكشك (بدقيق القمح) في الصعيد .
٥. طبق المندي (بالفراخ أو اللحم المطهو على الفحم) في سيناء.
٦. طبق الصيادية في البيئة الساحلية مكون من الأرز والسمك.

(الدرس الثامن) (الترويج للسياحة عبر المسرح)



المسرحية: عمل فني علي المسرح.

تجهيز المسرحية يحتاج إلي:

١- تجهيز السيناريو (تأليف المسرحية) وإعداد المشاهد.

- من خلال الكتاب الموهوبين في مجموعتك أو المساهمة بأفكار إبداعية والتركيز على كتابة السيناريو ونستعين بص ٣٩ لمساعدتك.
- حدد موضوع كل مشهد وعين الشخصيات والإطار الزمني لكل مشهد مختلف عن المشهد الأخر ولكل مشهد بداية وعقدة وخاتمة وان يكون المشهدين قصة واحدة مترابطة .
- **المشهد** (هو جزء من المسرحية ككل)
- **الإعداد** (هو الإطاران المكاني والزمني اللذان تحدث فيهما المسرحية)
- **الحبكة** (هي السلسلة من الأحداث المترابطة)

٢. تجهيز الأزياء (الملابس) وتصميم الموقع والعناصر الداعمة (المساعدة).

- يجب اختيار الملابس المناسبة للمسرحية واستخدام قصاصات الورق والنسيج الملون.
- يتم اختيار مخرج للمسرحية.
- اختيار فني إضاءة للمسرحية.
- اختيار مدير للمسرح.

٣. الاهتمام بعناصر السلامة على المسرح.

- عدم وجود أسلاك على الأرض يتعثر (يسقط) بسببها الممثلون.
- تركيب جدران وديكور ثابت حتى لا يسقط.
- التأكد من عدم تأثير الإضاءة على رؤية الممثلين.

إعداد المسرحية: الإطاران المكاني والزماني الذان تحدث فيها المسرحية.

عناصر أخرى للمسرحية:

الموسيقى - التصوير.



(الدرس التاسع) (شخصيات مصرية مؤثرة)
السيدة صفية زغلول



نشأتها:



- نشأت من (١٨٧٨ – ١٩٤٦)
- هي صفية مصطفي فهمي ابنة مصطفي فهمي باشا من أوائل رؤساء وزراء مصر.
- تزوجت من القاضي المصري سعد زغلول باشا عام ١٨٩٦م واخدت اللقب منه صفية زغلول.
- كان لها ولزوجها حلم مشترك وهو تحرير مصر من الاحتلال البريطاني.

أهم انجازاته :-

- شاركت في ثورة ١٩١٩م واطلقت حملات مقاطعة وتوقيع العرائض وكان بشكل سلمي ضد الاحتلال البريطاني
- قادت المتظاهرين من النساء من طبقات اجتماعية مختلفة لتحرير مصر في ثورة ١٩١٩م من الاحتلال البريطاني وحققت الثورة أهدافها .
- ففي عام ١٩٢٢م استعاد المصريون حقوقهم في تقرير مصيرهم .
- وفي عام ١٩٢٣م تمت صياغة دستور جديد بالإضافة لاكتساب النساء المصريين حقوقاً أكثر فأصبحت تشارك في كل المجالات بالمجتمع .
- لقب المصريون السيدة صفية زغلول بأم المصريين تعبيرًا عن حبهم لها
- سميت بعض الشوارع بالقاهرة والإسكندرية على أسمها.
- عند وفتها عام ١٩٤٦م دفنت على جانب زوجها الذي توفي عام ١٩٢٧م في حي السيدة زينب في شارع سعد زغلول في القاهرة .
- وفي عام ١٩٥٢ حول منزل أل زغلول " المعروف بمنزل الامة إلى متحف وكان يعكس شخصية السيدة صفية زغلول فهي كانت ذكية ومتعلمة ومثقفة .
- كانت تجيد الفرنسية وتحب القراءة وتحتوى مكتبتها على كتب ولوحات فنية لمختلف الفنانين في ذلك العصر.

(الدرس العاشر) (المستكشف النشط)

السيدة روزم مورتون



- ❖ هي ممرضة تعمل بقسم الجراحة في أمريكا.
- ❖ هي مكتشفة في ناشيونال جيوجرافيك.
- ❖ قامت بتصوير حياتها كممرضة خلال تفشي جائحة كورونا (كوفيد – ١٩) .
- ❖ وثقت من خلال الصور إجراءات السلامة المتبعة ومعدات الوقاية الشخصية التي استخدمها العاملون في مجال الرعاية الصحية لمنع انتشار الفيروس.
- ❖ ارتداء الكمامات الواقية والنظارات الواقية والقفازات يحد (يقلل) من انتشار الوباء (مرض معدي منتشر).
- ❖ يجب اتباع الإجراءات الاحترازية في المستشفيات عند حدوث أي وباء.

التمريض:

- ❖ يتضمن مجال التمريض العديد من التخصصات المختلفة.

(١) ممرضو غرفة الطوارئ

- ❖ رعاية الأشخاص الذين يحتاجون إلى إسعافات أولية أو عناية خاصة بسبب المرض، ويتلقى الممرضون في مجال التمريض تدريبا لكي يتمكنوا من تقديم الإسعافات الأولية مثل : النوبات القلبية والسكتات الدماغية والكسور والجروح الخطيرة.

(٢) ممرضو قسم الجراحة :

- ❖ يختصون برعاية المرضى الذين تتطلب حالته تدخلا جراحيا، وتوفير كل ما يحتاجه الفريق الجراحي أثناء الجراحة، وتجهيز المعدات والأدوات.
- ❖ تقدم السيدة روزم مورتون نصائح قيمة للشباب في مجال اتباع نمط حياة سايم طريق اختيار الأطعمة المغذية والحصول على قسط كافي من النوم وممارسة الرياضة بانتظام والتواصل مع الأسرة والأصدقاء؛ للحفاظ على صحتهم ورفاهيتهم.
- ❖ يساهم الممرضون في في إسهامات عظيمة للمجتمع وينالون تقدير كبير من المجتمع.
- ❖ يمكن مساعدة الأفراد الذين يعانون من الاختناق بتشجيعه على السعال (الكحة) إذا كان يستطيع التنفس.

المحور الرابع

(الدرس الأول) (تطوير مهارات الأعمال)



السعي إلى النجاح في مكان العمل :

- امتلاك المهارات الفنية والمهارات الشخصية أمر مهم.
- تطوير هذه المهارات يحدث بسهولة نتيجة التجارب التعليمية والعلمية.
- نجاح الموظف أو فشله مرتبط باكتساب مهارات مختلفة.

المهارات الفنية Hard skills

- يكتسب الأفراد هذه المهارات من خلال التدريب المهني المتخصص.

من هذه المهارات الفنية:

- التدريب الأكاديمي (الدراسة النظرية) في الصناعة والزراعة والأزياء والفنون.
- إتقان التقنيات مثل : حياكة (خياطة) الملابس وتصميم الملابس.
- يجب مواصلة التعلم مدى الحياة والاطلاع على آخر المستجدات في مجال العمل.

المهارات الشخصية Soft skills

- يمكن اكتساب هذه المهارات من خلال التعلم الأكاديمي وأيضا من خلال العمل.

تشمل المهارات الشخصية

- التفكير التحليلي والإبداعي.
- المرونة والقدرة علي التكيف.
- التحفيز.
- الوعي الذاتي.

اكتساب المهارات من مكان العمل : يتم في ...

داخل المدرسة يتم تطويرها مبكرا في المراحل الدراسية مثل:

- أن يكون الطالب منظما ودقيقا ومستمعا.
- قدرة الطالب على إنجاز المهام المكلف بها بدقة وفي الوقت المحدد.

خارج المدرسة

- يشارك الطلاب في عدد من التجارب من خلال العمل تسمح له بالتعرف على المهارات واكتسابها.

العمل المؤقت العمل لفترة محددة يساعدنا على اكتساب خبرات قيمة.

العمل التطوعي فرصة لاكتساب مهارات وخبرات متعددة من خلال خدمة المجتمع وتكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين.

(الدرس الثاني) (فن تنسيق الأزهار)

فن تنسيق الأزهار :



- يعتبر من الفنون العريقة القديمة التي تعتمد على شخصية المنسق وذوقه وبراعته....

وعليه يجب مراعاة مواصفات الأزهار المستخدمة في التنسيق.....

والتي يجب أن تكون (سيقانها متماسكة.... ولها أعناق طويلة.... وتخزن بها كمية من الغذاء .... وهذا يطيل عمرها بعد قطفها)

- تنسيق أواني تنسيق الازهار والتي تتعدد خاماتها من (الكريستال ..... أو الخشب .... أو الزجاج .... أو الخزف)

حفظ الازهار بعد قطفها:- ويجب مراعاه ما يلي :-

١- يجب إزالة الأوراق الموجودة على الجزء السفلى من ساق الازهار (لان الأوراق تكون سريعة التعفن) .
٢- يقطع ساق الزهرة قطعًا مائلا قبل وضعها في الزهرية .
٣- يجب إجراء عملية تبريد للأزهار بغمر سيقانها في ماء بارد لمدة ساعة .
٤- يمكننا إضافة قليل من السكر في ماء الزهرية لمد الأزهار بالطاقة وإضافة قرص من الاسبرين لحفظ الازهار.
٥- يراعي عدم وضع الازهار في أماكن معرضة للتيارات الهوائية أو اشعة الشمس المباشرة وخفض شدة الإضاءة المعروضة لها.

طرق تنسيق الازهار :

- يراعى عند تنسيق الازهار أن يكون هناك تناسق وتوافق بين لون وشكل وحجم الإناء وشكل الازهار وتناسب بين حجم التنسيق والمكان الذي سيوضع به ...

وتتعدد طرق التنسيق ومنها:-

١- التنسيق المتناظر (المتماثل) :-

- يوضع أطول أفرع الازهار في منتصف الإناء ويكون الجانبان متشابهين في ألوان الازهار .

٢- التنسيق غير المتناظر (غير المتماثل):-

- حيث يوضع أطول افرع الازهار في منتصف الغناء ويكون الجانبان غير متشابهان في ألوان الازهار.

٣- التنسيق الرأسي :-

- يستخدم في الاواني ذات الفوهة الضيقة حيث توضع الازهار بشكل متدرج في الطول .

(الدرس الثالث) (فن التطريز وإعادة تدوير الملابس)

إعادة تدوير الملابس

- إعادة تدوير الملابس يقلل من الأضرار البيئية المترتبة على التخلص منها ، ويساعد على مواكبة الموضة بدلا من شراء ملابس جديدة.

فن التطريز



- يعود فن التطريز إلى عهد المصريين القدماء ، وقد تم اكتشاف أول عمل تطريز في مقبرة الملك (توت عنخ آمون).
- استخدم المصريون القدماء خيوط الذهب في صنع القطع المهمة.
- مطالعة (قراءة) المجلات والاستفادة من الطبيعة يساعدنا في الحصول على أفكار للتطريز مثل : الأزهار مثل زهرة اللوتس وأوراق الاشجار وكذلك من الأنماط الهندسية.
- يجب اختيار لون خيط ملائم (مناسب) للقميص الذي سنقوم بعمل إعادة تدوير له.

أنواع الغرز

١- غرزة السراجة: هي غرزة الخياطة الرئيسية البسيطة
٢- غرزة البطانية
٣- غرزة الفرع: تعتبر من الغرز الأكثر شيوعا
٤- غرزة السلسلة
٥- غرزة الحشو

- بعد التطريز يبدو القميص كأنه جديد ،

(الدرس الرابع) (صنع فانوس)

صنع الفانوس :-



- الفوانيس الأولي كانت تستخدم للاحتفال بحلول شهر رمضان المبارك فتزين الشوارع والبيوت بالفوانيس الملونة أو التقليدية احتفالا بالشهر الكريم.

خطوات صناعة الفانوس :-

التخطيط :-

- التخطيط لصناعة فانوس من الخشب (لسهولة التعامل مع الخشب) ويزين أطرافه بالقماش ليتيح لنا تزيين الفانوس بتطريزات خاصة .
- البحث عبر الأنترنت عن أفكار للتصاميم المختلفة لصنع الفانوس .
- اختيار تصميم مبسط لا يتطلب سوى مواد يدوية أساسية.
- الأدوات مثل (المنشار - المثقاب - مسدس الشمع - فرشاه طلاء - قطع خشب صغيرة - ورق صنفرة - الطلاء - وورق الكلك لنسخ التصميم - القماش للتزيين).

تنفيذ (الفانوس) من الخشب :-

- قطع الخشب بالأداة المناسبة له والتحقق من أن كل أداه تعمل بالشكل الصحيح قبل أن نستخدمها.
- استخدام الغراء لتجميع اجزاء الفانوس ثم صنفرته وطلائه .
- حين انتظار جفاف الفانوس تنظف الأدوات وتوضع جانبا.

التزين والتطرز :-

- يمكن استخدام الاشكال الهندسية لتزيين الفانوس
- يمكن اضافة قصاصات في تصميم الفانوس للسماح لمزيد من الضوء بالمرور ولجعل الفانوس أجمل.
- يزين بورق الكلك أو الشفاف بلفه حول الفانوس لقياس حجمة ثم قص الورق وفق ذلك ثم رسم التصميم على الورق بنسبة ١٠٠٪ ثم قصها على القماش .
- يمكن أضافة ضوءًا يعمل بالبطارية داخل الفانوس وتغليفه بالقماش المطرز ويثبت بمسدس الشمع.

(الدرس الخامس) (الترويج لابتكاراتك)

عرض الأعمال الفنية

- توجد جمعيات خيرية مهتمة بإعادة تدوير الملابس.
- يفكر الناس دائما في تصميم شعار جذاب للمنتجات.
- زهرة اللوتس ترمز إلى العطاء وهو شعار مناسب للجمعيات الخيرية.

تصميم مكان للعرض

- يجب تحديد حجم المكان المناسب للعرض حسب كمية المنتجات التي يتم عرضها
- تنظيم الرفوف أو الدعائم لإضافة مساحة إلى العرض بشكل عمودي.
- استخدام لافتات أو شاشات عرض أو غطاء طويل لإخفاء الفوضى والمعدات.
- التدريب على كيفية عرض المنتجات وتلقي الاقتراحات.

الترحيب بالعملاء

- يجب الترحيب بالعملاء بطريقة ودية.
- تصميم دعوات للمعرض.

البقاء على التواصل

- يجب الاهتمام بعمل ملصقات ترويجية للعمل من خلال رسم العلامة التجارية والشعار الذي تم تصميمه ومواعيد المعارض.

الترويج لابتكاراتك

١. أختر موضوعا أو عنونا
٢. اختر موقعا
٣. من سيحضر المعرض؟
٤. ضع مخططا
٥. أعرض خطتك

(الدرس السادس) (د. أحمد مستجير)

نشأته:



- ولد الدكتور (أحمد مستجير) في قرية الصلاحات
- بمركز بني عبيد في محافظة الدقهلية.
- حصل على بكالوريوس الزراعة جامعة القاهرة.
- عمل مهندسا زراعيا في الإصلاح الزراعي.
- حصل على منحة من المركز القومي للبحوث للحصول على درجة الدكتوراه من بريطانيا.
- عاد إلى مصر وعمل مدرسا في كلية الزراعة جماعة القاهرة.
- حصل على الأستاذية وأصبح عميدا للكلية.
- حصل الدكتور أحمد مستجير على الكثير من الجوائز مثل : جائزة الدولة التقديرية للعلوم والزراعة

أعماله :

١. استنباط (إنتاج) أنواع جديدة من المحاصيل والحيوانات.
٢. أسس مركز علوم الوراثة.
٣. أصبح رائد علم الهندسة الوراثية في مصر والعالم العربي.
٤. كان عضوا في ١٢ هيئة وجمعية علمية منها :
   - مجمع الخالدين.
   - الجمعية المصرية لعلوم الإنتاج الحيواني
   - اتحاد الكتاب.
   - مجمع اللغة العربية في القاهرة.

- يعتبر مشروع زراعة الفقراء أحد أبرز إنجازاته ، وكان هدفه إنتاج سلالات من القمح والأرز تتحمل درجات عالية من الملوحة والجفاف بهدف زراعة الصحراء في الدول النامية.

له العديد من المؤلفات والكتب المترجمة في مجال الزراعة منها :

١. مقدمة في علم الحيوان.
٢. التحسن الوراثي لحيوانات المزرعة.
٣. التطور الحضاري للإنسان.
٤. الربيع الصامت.

(الدرس السابع) (المستكشف النشط السيدة ريبيكا هوي)



نشأتها:

- هي رائدة أعمال ومستكشفة في ناشيونال جيوجرافيك.
- حاصلة على درجة البكالوريوس في إدارة الأعمال والدراسات الحضرية.
- وحاصلة على درجة الماجستير في تخطيط المدن.

أعمالها

- رأت السيدة هوي أن الفنانين والمبدعين في القرى يذهبون إلى المدن للبحث عن عمل.
- بدأت تفكر في طريقة تمكن الفنانين من مواصلة تقديم إبداعاتهم الفنية مع البقاء في مجتمعاتهم الريفية.
- كان الحل هو استخدام شبكة الإنترنت في تسويق الأعمال الفنية فأنشأت موقعا إلكترونيا يتيح للفنانين عرض منتجاتهم .
- يتقاضى الفنانون مقابلا ماليا عند استخدام أي شركة لمنتجاتهم أو التصاميم الخاصة بهم.

رائد الأعمال

- هو الشخص الذي يحدد فرصة تجارية ويؤسس مشروعا تجاريا يقدم منتجا أو خدمة معينة تلبي حاجات السوق.
- يحتاج رواد الأعمال إلى رأس مال (أموال) ومعدات عند البدء في تأسيس أي مشروع تجاري .
- بالنسبة إلى الفناين فهم يحتاجون أجهزة كمبيوتر وأجهزة ماسح ضوئي ، وتقوم السيدة هوي بتوفير ذلك للفنانين المتواجدين في القرى.
- تقدر السيدة هوي أن دخل الفنانين زاد بنسبة ٢٥% عما كان يحققونه في الماضي.

الأسئلة

اختر الإجابة الصحيحة مما بين الأقواس:

١- ولد الدكتور أحمد مستجير بمحافظه ....

(أ) القاهرة (ب) الدقهلية (جـ) الأسكندرية (د) قنا

٢- أصبح دكتور أحمد مستجير عميدًا لكلية ....

(أ) التجارة (ب) الزراعه (جـ) الطب (د) الهندسة

٣- استفادت دول كثيره من أبحاث د/احمد مستجير عن زراعه محصول .... بمياه البحر

(أ) الفراولة (ب) القمح (جـ) الفول (د) الموز

٤- يعتبر مشروع .... من أبرز مشروعات د/أحمد مستجير

(أ) زراعه الفقراء (ب) سلالات البطاطس (جـ) البذور المختلفة (د) تربية الحيوانات

٥- حصل د/ أحمد مستجير على جائزة الدولة التقديريه في ....

(أ) الفنون والأدب (ب) العلوم والزراعه (جـ) العلوم الاجتماعية (د) الفيزياء الطبيعية

٦- تعمل السيدة روزم مورتون .... في مستشفي بالولايات المتحدة الأمريكية

(أ) معلمة (ب) ممرضه (جـ) مدربة (د) مربية

٧- يقدم الممرضون .... للأشخاص الذين يحتاجون اليها

(أ) الرعاية (ب) الطعام (جـ) الأفكار (د) الملابس

٨- تقدم السيده روزم مورتون نصائح للشباب لأتباع نمط حياه ....

(أ) صحي (ب) سريع (جـ) بطئ (د) سيئ

٩- حصل الدكتور أحمد مستجير على بكالورويس .... من جامعه القاهرة

(أ) الزراعة (ب) التجارة (جـ) الهندسة (د) الطب

١٠- يعتبر دكتور أحمد مستجير رائد علم .... في مصر والعالم العربي

(أ) الطب الوقائي (ب) الهندسة الوراثيه
(جـ) الذكاء الأصطناعي (د) تكنولوجيا الفضاء

١١- استطاع د/ أحمد مستجير اكتشاف سلالات جديدة من القمح والأرز تتحمل درجة عالية من ....

(أ) الأتربة والرياح (ب) الحرارة والرطوبة
(جـ) الملوحة والجفاف (د) الهواء الشديد

١٢- أصبح د/ أحمد مستجير عضواً في الكثير من الهيئات والجمعيات منها ....

(أ) مجمع الخالدين (ب) الجمعية المصريه لعلوم الأنتاج الحيواني
(جـ) الجمعية المصرية للعلوم الوراثيه (د) جميع ماسبق

١٣- للدكتور أحمد مستجير ايضا اسهامات في .... مثل كتاب (علم أسمه السعاده)

(أ) الكتابة الأدبية (ب) الفن (جـ) الرسم (د) المسرح

١٤- تعمل السيدة روزوم مورتون ممرضة في قسم ....

(أ) القلب (ب) الطوارئ (جـ) الجراحة (د) الأسنان

١٥- يتلقي الممرضون .... مستمرة في مجال عملهم

(أ) مشاريع (ب) تدريبات (جـ) أموال (د) سيئ

١٦- صورت السيد روزوم مورتون حياتها .... أثناء جائحة كورونا

(أ) طباخة (ب) معلمة (جـ) ممرضه (د) محامية

١٧- المهارات .... من أهم أنواع المهارات التي يجب أن يمتلكها الأشخاص

(أ) الشخصية (ب) الفنية (جـ) العالمية (د) الرسمية

١٨- التدريب الأكاديمي يعمل علي تزويد الأفراد بالمهارات .... الخاصة بعملهم

(أ) الفنية (ب) السلمية (جـ) السياسية (د) العالمية

١٩- من طرق تنسيق الأزهار ....

(أ) الراسي (ب) الأفقي (جـ) العلوي (د) الملون

٢٠- يتم إضافة .... إلي ماء المزهرية لمد الأزهار بالطاقة

(أ) الألوان (ب) السكر (جـ) الملح (د) الورق

٢١- عند تنسيق الأزهار تقطع سيقان الأزهار قطعا .... قبل وضعها في الزهرية

(أ) رأسيا (ب) مائلا (جـ) أفقيًا (د) دائري

٢٢- تعتبر مهارة .... من المهارات الشخصية

(أ) التفكير التحليلي (ب) الفنيه المهنيه
(ج) استخدام البرامج (د) تنسيق المشاريع

٢٣- تعد مهارة تنسيق وتصميم الحدائق من المهارات ....

(أ) الشخصية (ب) الفنية (ج) الفكرية (د) التحليلية

٢٤- يتم أضافه .... إلى ماء المزهرية لحفظ الأزهار

(أ) قرص أسبرين (ب) قطعة قماش (ج) قطعه بلاستيكية (د) ماده غذائية

٢٥- يجب غمر سيقان الأزهار لمدة ساعة في ماء .... قبل حفظها

(أ) ساخن (ب) بارد (ج) مغلي (د) دافئ

٢٦- التنسيق الراسي للأزهار يتم في الأواني ذات الفوهة ....

(أ) الواسعة (ب) الكبيرة (ج) الضيقة (د) الضخمة

٢٧- للحفاظ على الصحة يجب استبدال الوجبات السريعة بالوجبات ....

(أ) المملحة (ب) الدهنية (ج) الصحية (د) المقلية

٢٨- تشتهر مناطق الدلتا في مصر بطبق ....

(أ) المحشي (ب) المندي (ج) البيتزا (د) البرجر

٢٩- تصبح الوجبات التقليدية لذيذة عند إضافه .... عليها

(أ) الأملاح (ب) التوابل (ج) الدهون (د) الزيت

٣٠- يعتبر .... جزء من المسرحية ككل

(أ) الإعداد (ب) المشهد (ج) المكان (د) الزمان

٣١- يروج المسرح لموضوعات كثيرة منها ....

(أ) السياحة (ب) السينما (ج) الأفلام (د) الأموال

٣٢- يجب أن يكون لكل .... بداية وعقدة وخاتمة

(أ) مشهد (ب) عقدة (ج) إطار (د) اعداد

٣٣- يستخدم فن .... في إعادة تدوير الملابس

(أ) التصوير (ب) التطريز (ج) الشعر (د) الأدب

٣٤- تم اكتشاف أول عمل مطرز داخل مقبرة ....

(أ) أمريكية (ب) فرعونية (جـ) هندية (د) إنجليزية

٣٥- لإعادة تدوير الملابس القديمه نستخدم .... لتطريزها

(أ) الصور القديمة (ب) الخيوط الملونه (جـ) القطع المعدنية (د) قطع مطاطية

٣٦- يمكن استخدام .... للحصول علي تصميمات جديدة للتطريز

(أ) المجلات (ب) الإنترنت (جـ) اللوحات الجدارية (د) جميع ما سبق

٣٧- تعتبر .... من التصاميم المستوحاه من الطبيعة

(أ) أوراق الشجر (ب) الأشكال الهندسية
(جـ) الأشكال الدائرية (د) الأشكال التقليدية

٣٨- يعتبر فن........ من الفنون القديمة

(أ) التطريز (ب) الجرافيك (جـ) الكرتون (د) التجريدي

٣٩- استخدم المصريون القدماء الخيوط المصنوعه من .... لصناعه القطع المميزة

(أ) القطن (ب) الذهب (جـ) المعدن (د) المطاط

٤٠- يمكن إعادة تدوير الملابس القديمة باستخدام ....

(أ) غرز التطريز (ب) القص واللصق (جـ) الصلصال الملون (د) الورقة والقلم

٤١- من أنواع غرز التطريز .... المستخدمة عند إعادة تدوير الملابس

(أ) السلسلة (ب) البطانية (جـ) الفرع (د) جميع ما سبق

٤٢- إنتاج ملابس جديدة يستهلك كميات كبيرة من ....

(أ) البلاستيك (ب) الطاقة (جـ) الأحجار (د) الماء

٤٣- من الأدوات المستخدمة عند صناعه فانوس ....

(أ) غراء لاصق (ب) قطع خشب (جـ) مسدس شمع (د) جميع ماسبق

٤٤- يجب أرتداء .... الواقيه لحماية العينين عند صناعه الفانوس

(أ) الأحذية (ب) النظارات (جـ) الخوذة (د) الأقنعه

٤٥- يمكن اضافه بعض غرز التطريز لـ .... الفانوس

(أ) تزيين (ب) تجميع (جـ) لصق (د) نقل

٤٦- من العوامل التي تساعد علي جذب العملاء لشراء المنتجات ....

(أ) شعار جذاب (ب) مكان العرض (جـ) الترحيب بالعملاء (د) جميع ماسبق

٤٧- عند تصميم منتج يجب أبتكار.......... جذاب للترويج له

(أ) حجم (ب) علامه (جـ) شعار (د) غلاف

٤٨- تتسبب السكريات الموجودة في المشروبات الغازية الي ارتفاع مستوي .... فى الدم

(أ) السكر (ب) الملح (جـ) البروتين (د) الفيتامينات

٤٩- يجب استبدال المشروبات الغازية بـ ....

(أ) المشروبات السكرية (ب) العصائر الطبيعية
(جـ) المشروبات الدايت (د) العصائر الصناعية

٥٠- تؤثر المشروبات الغازية علي صحة ....

(أ) العيون (ب) الجلد (جـ) العظام (د) الفم

٥١- تتميز الوجبات .... بأحتوائها علي جميع العناصر الغذائية

(أ) السريعة (ب) المنزلية (جـ) المقلية (د) الجاهزة

٥٢- يحتاج الرياضيين الي وجبات ....

(أ) سريعه (ب) صحية (جـ) دهنية (د) مقلية

٥٣- يؤدي تناول الوجبات .... الي سوء التغذية

(أ) السريعة (ب) المنزلية (جـ) الصحية (د) البطيئة

٥٤- نستخدم .... لتجميع أجزاء الفانوس

(أ) الغراء (ب) الطلاء (جـ) القماش (د) الصفرة

٥٥- يفضل صناعه الفانوس من .... لسهوله التعامل معه

(أ) البلاستيك (ب) الخشب (جـ) الحديد (د) الالومنيوم

٥٦- لإضافة مساحة الى العرض بشكل عمودي نستخدم ....

(أ) الرفوف (ب) الملصقات (جـ) الشاشات (د) العلامات

٥٧- .... عبارة عن رمز أو كلمة تعبر عن العمل

(أ) الصورة (ب) الشعار (جـ) الشاشة (د) اللافتة

٥٨- يمكن استخدام .... لإخفاء الفوضي

(أ) لافتات (ب) شاشات عرض
(جـ) غطاء طاولة طويل (د) جميع ماسبق

٥٩- الأفراط في تناول المشروبات .... يؤدي الي سوء التغذية

(أ) الغازية (ب) الصحية (جـ) المثلجة (د) الساخنة

٦٠- المشروبات .... خالية من الفيتامينات والمعادن المفيدة للجسم

(أ) الباردة (ب) الغازية (جـ) الطبيعية (د) الصحية

٦١- المشروبات الغازية الدايت .... اختياراً مفيدا للصحة

(أ) دائما (ب) ليست (جـ) غالباً (د) أكيد

٦٢- تتسبب الوجبات السريعة بمرض فقر الدم بسبب نقص عنصر .... بالدم

(أ) الحديد (ب) الكالسيوم (جـ) اليود (د) الزنك

٦٣- تحتوي الوجبات السريعة علي نسبة كبيرة من ....

(أ) الألياف (ب) الدهون (جـ) الفيتامينات (د) المعادن

٦٤- يجب استبدال الوجبات السريعة بالوجبات ....

(أ) المقلية (ب) الدهنية (جـ) الجاهزه (د) الصحية

٦٥- انشات السيده ريبيكا .... للتسويق للأعمال الفنية للفنانين بدون ضرر

(أ) موقع الكتروني (ب) مؤتمر فني (جـ) معارض الفنية (د) سوق يومي

٦٦- يعتبر .... هو الأموال والمعدات التي يحتاجها رواد الأعمال لتأسيس مشروع تجاري

(أ) السوق التجاري (ب) رأس المال (جـ) المشروع الصغير (د) التسويق الالكتروني

٦٧- تقوم السيدة ريبيكا هوي بتخصيص جزء من أرباح الشركه لتحسين ....

(أ) المنازل (ب) المجتمع (جـ) الفن (د) الصحه

٦٨- ساعد مشروع السيدة ريبيكا هوي الفنانون في المجتمعات والقري علي ....

(أ) الحصول على المال اللازم للتعليم (ب) تسويق تصميماتهم
(جـ) عدم مغادرة القري الي المدن للبحث عن عمل (د) جميع ماسبق

٦٩- يعتمد مشروع السيدة ربيكا هوي على تسويق وعرض التصميمات ....

(أ) الفنية (ب) الهندسية (جـ) الملونه (د) الطبية

٧٠- تعتبر السيدة (ريبيكا هوي) .... في ناشيونال جيوجرافيك

(أ) رائده أعمال (ب) ممرضه (جـ) طباخه (د) معلمة

٧١- الشخص الذي يحدد فرصه تجارية ويؤسس مشروع تجاري ويقدم خدمه أو منتج لتلبية احتياجات السوق هو ....

(أ) المدير العام (ب) رائد الأعمال (جـ) الطبيب المتخصص (د) رائد الفضاء

٧٢- ساعدت السيدة ريبيكا هوي الفنانين الموهبين في تسويق تصميماتهم والحصول علي ....

(أ) عائد مادي (ب) شهاده جامعيه (جـ) رخصه دولية (د) جوائز مالية

٧٣- تقوم شركة السيدة ريبيكا هوي على .... الشركات الكبري للتعرف علي التصميمات الموجودة علي الموقع

(أ) طرد (ب) شراء (جـ) جذب (د) بيع

٧٤- يجب ان تحصل الشركة التي تريد أستخدام أحد التصميمات الفنية من الموقع على .... مقابل مبلغ مالي

(أ) عرض (ب) ترخيص (جـ) صور (د) حذف

٧٥- لقب المصريون السيدة .... بأم المصريين

(أ) صفية زغلول (ب) سميحة أيوب (جـ) هدي شعراوي (د) نبوية موسي

٧٦- كان منزل (ال زغلول) يعرف بـ ....

(أ) بيت الرجال (ب) بيت الأمة (جـ) مكتبة الشعب (د) دار الحكمة

٧٧- عملت السيدة صفية زغلول علي تعزيز حقوق ....

(أ) المراه المصرية (ب) الفنان المصري (جـ) الفلاح المصري (د) الطفل المصري

٧٨- كانت السيدة (صفية زغلول) تجيد اللغة ....

(أ) الفرنسية (ب) الصينية (جـ) الألمانية (د) التركية

٧٩- تحول بيت ال زغلول المعروف ببيت الأمه عام ١٩٢٥ الى ....

(أ) فندق (ب) مكتبة (جـ) متحف (د) مسرح

٨٠- تزوجت السيدة (صفية زغلول) من القاضي المصري ....

(أ) مصطفي محمود (ب) سعد زغلول (جـ) طلعت حرب (د) احمد عرابي

٨١- شاركت السيدة (صفية زغلول) في ثورة ١٩١٩ لتحرير مصر من الإحتلال ....

(أ) البريطاني (ب) الفرنسي (جـ) الروسي (د) الألماني

٨٢- تعتبر .... من الأطباق المصرية ذات القيمة الغذائية العالية

(أ) الملوخية (ب) البيتزا (جـ) البرجر (د) الشاورما

٨٣- يعتبر .... مصدر نباتي للبروتين والألياف

(أ) البطاطس المقلية (ب) الفول المدمس (جـ) المربي (د) اللبن

٨٤- أخصائي ..... هو الشخص المتخصص في مجال التغذية ويضع خطط لوجبات لتحسين الصحة

(أ) النفسي (ب) التغذية (جـ) الاجتماعي (د) الزراعي

٨٥- يعتبر .... أحد العاملين الأساسيين في المسرحية

(أ) المخرج (ب) المدير (جـ) المدرس (د) النجار

٨٦- تعتبر .... هي سلسلة من الأحداث المترابطة

(أ) المشهد (ب) الحبكة (جـ) الأعداد (د) الموضوع

٨٧- يجب ان لا تكون .... المسرح في عيون الحاضرين

(أ) اضاءة (ب) خشبة (جـ) ستائر (د) ميكروفون

٨٨- المربي عبارة ع خليط من ثمار الفاكهه مضاف اليه ....

(أ) السكر وحامض الستريك (ب) الماء والأملاح
(جـ) فاكهة مصنوعة + ماء (د) الخضروات + ماء

٨٩- يجب أن تعبأ المربي وهي ....

(أ) باردة (ب) مثلجة (جـ) ساخنة (د) مغلية

٩٠- عند صناعة المربي يضاف .... لحفظ المربي من التلف

(أ) السكر المحلي (ب) العصير الطازج
(جـ) حامض الستريك (د) الماء الساخن

٩١- يعتبر اللبن الزبادي مصدرا هاماً لـ ....

(أ) البروتينات (ب) السكريات (جـ) الدهون (د) الأملاح

٩٢- تعتبر بكتيريا حامض اللاكتيك مفيدة للجهاز ....

(أ) الدوري (ب) الهضمي (جـ) التنفسي (د) العصبي

٩٣- عند صناعة اللبن الزبادي يجب تسخين اللبن أولا عند درجة حرارة ٩٠ لـ........... الميكروبات

(أ) زيادة (ب) قتل (جـ) ظهور (د) نمو

٩٤- تعتبر المربي مصدراً جيداً لـ ....

(أ) الفيتاميات (ب) الأملاح (جـ) البروتيات (د) الدهون

٩٥- لزيادة تماسك المربي يتم أضافه ....

(أ) السكر (ب) البكتين (جـ) الملح (د) العصير

٩٦- تطهي المربي عند درجة حرارة .... حتى يتماسك قوامها

(أ) ١٠٥ (ب) ١٠٠ (جـ) ١٨٠ (د) ١٢٠

٩٧- يعتبر اللبن الزبادي من الوجبات ....

(أ) الضارة (ب) الخفيفة (جـ) الساخنة (د) المعقدة

٩٨- يصبح طعم لبن الزبادي حمضي اذا زادت فترة ....

(أ) التسخين (ب) التحضين (جـ) الحفظ (د) الشاورما

٩٩- يعد اللبن .... عبارة عن لبن متخمر بأنواع من بكتيريا حامض اللاكتيك

(أ) الساخن (ب) الزبادي (جـ) العادي (د) البارد

١٠٠- الاصابات التي تنتج عن التعرض للحرارة أو المواد الكيميائية تسمي ....

(أ) الكدمات (ب) الحروق (جـ) الكسور (د) غير ذلك

١٠١- حروق الدرجة .... أكثر ايلاماً وتؤثر على الطبقة الأولي والثانية من البشرة

(أ) الأولى (ب) الثانية (جـ) البسيطة (د) الكثيرة

١٠٢- يجب عدم استخدام .... عند التعرض للحروق

(أ) المرهم (ب) المعجون (جـ) الكريم (د) الشاش

١٠٣- يجب على السباك ارتداء .... لحماية اليدين من الحروق والمواد الكيميائية

(أ) القفازات (ب) النظارات (ج) الأحذية (د) الخوذات

١٠٤- يجب على السباك استخدام ادواته بـ .... لتقليل المخاطر التي يتعرض لها

(أ) عنايه (ب) كسل (ج) اهمال (د) كثره

١٠٥- يجب علي السباك ارتداء .... الواقية في المناطق الصناعية

(أ) الخوذات (ب) الساعات (ج) القمصان (د) الأزياء

١٠٦- تعتبر الحروق من الدرجة .... هي الأشد خطورة حيث تتطلب العلاج بالمستشفي

(أ) الأولي (ب) الثانية (ج) الثالثة (د) البسيطة

١٠٧- عند الأصابة بحروق بسيطة بسبب أشعة الشمس يجب أخذ حمام بارد لـ .... الحرق

(أ) سوء (ب) تهدئة (ج) سرعة (د) أصابة

١٠٨- يجب أجراء .... الأولية عند التعرض للحروق والصدمات الكهربائية

(أ) الأسعافات (ب) الأصابات (ج) التعريفات (د) الخطوات

١٠٩- من المخاطر التي يتعرض لها السباك أثناء العمل...........

(أ) السقوط والأنزلاق (ب) استنشاق الغبار
(ج) المياه الساخنة (د) جميع ما سبق

١١٠- من قواعد السلامة .... ترتيب المكان والأدوات المستخدمة في العمل

(أ) المهنية (ب) المنزلية (ج) المدرسية (د) الصحية

ضع علامة (✓) أو علامة (✗)

١. يجب التأكد من أن الشخص المصاب بالصدمة الكهربية يتنفس بشكل طبيعي. ( )
٢. أخطر أنواع الحروق هي الحروق من الدرجة الأولى. ( )
٣. تقليل درجة الحرارة أثناء التحضين يزيد من تماسك قوام الزبادي . ( )
٤. يحفظ اللبن الزبادي في الثلاجة في عبوات معقمة ومغلفة . ( )
٥. روزم مورتون مهندسة كانت تعمل في وكالة ناسا الفضائية . ( )
٦. السيدة روزم مورتون ممرضة تعمل بقسم الجراحة في أمريكا . ( )
٧. حصل د. أحمد مستجير على بكالوريوس الطب جامعة القاهرة . ( )
٨. عمل د. أحمد مستجير مدرسا في كلية الزراعة جماعة القاهرة . ( )
٩. يمكن لمس شخص بصورة مباشرة في حالة إتصاله بالتيار الكهربي. ( )
١٠. حروق الدرجة الثالثة هي الأشد خطورة حيث تدمر جميع طبقات الجلد ( )
١١. المشروبات الغازية تزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب والسرطان ( )
١٢. يزيد حمض الفوسفوريك من امتصاص الجسم للكالسيوم الضروري . ( )
١٣. تم اكتشاف أول عمل تطريز في مقبرة الملك (خوفو) ( )
١٤. استخدم المصريون القدماء خيوط الذهب في صنع القطع المهمة . ( )
١٥. حصل د. أحمد مستجير على جائزة الدولة التقديرية ( )
١٦. د. أحمد مستجير هو رائد علم التاريخ والاجتماع في مصر. ( )
١٧. يجب الاتصال برقم ١٢٣ عند إصابة الشخص بالحروق الشديدة . ( )
١٨. تتسبب الحرارة فقط في إصابة الأشخاص بالحروق . ( )
١٩. المشروبات الغازية خالية من أي فيتامينات أو بروتينات أو معادن أو ألياف ( )
٢٠. زيادة استهلاك المحليات الصناعية يقلل من وزن الشخص . ( )
٢١. يتم تبريد الأزهار بغمر ساقها في ماء بارد لمدة ساعة . ( )
٢٢. يجب إزالة الأوراق الموجودة على الجزء السفلي من ساق الأزهار ( )
٢٣. يحتاج رواد الأعمال إلى رأس مال عند البدء في تأسيس أي مشروع . ( )
٢٤. لا يحتاج الفنانون إلى شبكة الإنترنت أو أجهزة الكمبيوتر . ( )
٢٥. التهوية المناسبة والجيدة مهمة للسباكين أثناء القيام بعملهم . ( )
٢٦. يرتدي السباكون القفازات لتحمي العينين من تأثير السوائل . ( )
٢٧. يوجد بالمشروبات الغازية كمية كبيرة من السكريات تسبب مشكلات ( )

٢٨. يجب استبدال المشروبات الغازية عن طريق تناول بدائل صحية ( )
٢٩. لا يكتسب الطلاب المهارات سوى في المدرسة فقط ( )
٣٠. لتنسيق الأزهار طريقة واحدة فقط ( )
٣١. يتم استخدام شبكة الإنترنت في تسويق الأعمال والمنتجات ( )
٣٢. السيدة ريبيكا هوي رائدة أعمال ومستكشفة في ناشيونال جيوجرافيك ( )
٣٣. استخدام الأقنعة لتجنب استنشاق الغبار والأدخنة . ( )
٣٤. يستخدم السباكون مشعل البروبان للوقاية من الحروق . ( )
٣٥. تؤدي الوجبات السريعة إلى زيادة السمنة بين الأطفال والبالغين. ( )
٣٦. انتشرت الوجبات السريعة في الزمن الماضي بين الأسر ( )
٣٧. العمل التطوعي يكون عمل لخدمة المجتمع مقابل الحصول على أجر كبير . ( )
٣٨. نجاح الموظف أو فشله مرتبط باكتساب مهارات مختلفة ( )
٣٩. رائد الأعمال هو شخص يؤسس مشروعا تجاريا يقدم منتجا أو خدمة. ( )
٤٠. القفازات تحمي اليدين من المواد المواد الكيميائية والحروق. ( )
٤١. تحمي الخوذات الواقية الصلبة العمال في المواقع الصناعية . ( )
٤٢. يساهم الممرضون في إسهامات عظيمة للمجتمع وينالون التقدير. ( )
٤٣. أطلق المصريون على (صفية زغلول) اسم (بنت الشاطئ) . ( )
٤٤. تفتقر الوجبات السريعة إلى وجود الألياف والفيتامينات والمعادن . ( )
٤٥. تؤدي الوجبات السريعة إلى تأخر النمو وسوء التغذية . ( )
٤٦. البكتين مادة طبيعية تساعد على تماسك المربى. ( )
٤٧. يحتوى التفاح على نسبة قليلة من مادة البكتين . ( )
٤٨. امتلاك المهارات الفنية والمهارات الشخصية أمر مهم . ( )
٤٩. يكتسب الشخص المهارات من خلال التعلم الأكاديمي فقط . ( )
٥٠. تحتوي الوجبات السريعة على نسبة قليلة من السكر والدهون . ( )
٥١. تحتوي رقائق البطاطس على نسبة عالية من الدهون والملح . ( )
٥٢. يتم تعقيم البرطمانات بوضعها في ماء مغلي لمدة ١٠ دقائق ( )
٥٣. تعبأ المربى وهي باردة في البرطمانات . ( )
٥٤. يجب أن يكون لدى الشخص القدرة على إنجاز المهام في وقت محدد. ( )
٥٥. تنسيق وترتيب الأزهار من الفنون الحديثة . ( )
٥٦. الوجبات السريعة والمشروبات الغازية تحتوي على نسبة عالية من الدهون . ( )

٥٧. زيت الزيتون من الزيوت الضارة للجسم ويجب استبداله . ( )
٥٨. تحتوي المربي على نفس العناصر الغذائية في المواد المصنوعة منها ( )
٥٩. لم يعرف الإنسان صناعة المربي سوى من وقت قصير. ( )
٦٠. تصنع أواني الأزهار تصنع من الكريستال أو الخشب أو الزجاج . ( )
٦١. توضع الأزهار بعد تنسيقها في مكان معرض للشمس المباشرة . ( )
٦٢. المخبوزات المصنوعة من الدقيق الأبيض تكون صحية ومفيدة للجسم ( )
٦٣. طبق الصيادية في البيئة الساحلية مكون من الأرز والسمك ( )
٦٤. بعد تسخين اللبن، يتم تبريد اللبن بسرعة إلى درجة حرارة ١٠ درجة . ( )
٦٥. بكتيريا حامض اللاكتيك مفيدة للجهاز الهضمي للإنسان . ( )
٦٦. يجب اختيار لون خيط ملائم للقميص ( )
٦٧. إعادة تدوير الملابس تزيد من الأضرار البيئية . ( )
٦٨. اللبن الزبادي وجبة خفيفة يمكن تناولها في العشاء . ( )
٦٩. بادئات التخمر هي زبادي تم تحضيره من يوم سابق ( )
٧٠. يمكن استخدام قصاصات الورق لصنع ملابس المسرحية . ( )
٧١. لا تحتاج المسرحية إلى وجود مخرج أو مدير للمسرح . ( )
٧٢. يعود فن التطريز إلى عهد المصريين القدماء ( )
٧٣. لا يمكن صناعة الفانوس من الخشب ( )
٧٤. الأطعمة الصحية تكون مشبعة بالملح والدهون ( )
٧٥. أي مسرحية لا بد أن يكون لها حبكة ( )
٧٦. يفكر الناس دائما في تصميم شعار جذاب للمنتجات ( )
٧٧. يتم ارتداء النظارات الواقية لحماية العين أثناء تقطيع الخشب . ( )
٧٨. المشهد هو جزء من المسرحية ( )
٧٩. يتم ترك أسلاك الكهرباء والإضاءة على أرضية المسرح . ( )
٨٠. يجب الترحيب بالعملاء بطريقة ودية ( )
٨١. زهرة اللوتس ترمز إلى العطاء وهو شعار مناسب للجمعيات الخيرية . ( )
٨٢. اتباع الإجراءات الاحترازية في المستشفى يقلل من انتشار الوباء . ( )
٨٣. ارتداء الكمامات الواقية والقفازات يزيد من انتشار الأمراض ( )
٨٤. أسس د. أحمد مستجير مركز علوم الوراثة . ( )
٨٥. يتضمن مجال التمريض العديد من التخصصات المختلفة ( )

صل من (أ) ما يناسبه من (ب)





(أ)	(ب)
(١) المندي	من الوجبات المنتشرة في البيئة الساحلية ( )
(٢) الكشك	يتميز الصعيد بوجبة ( )
(٣) المحشي	من أشهر الأكلات في سيناء ( )
(٤) الصيادية	تنتشر وجبة .... في دلتا النيل. ( )

(أ)	(ب)
(١) الجراحة	يتمضن العديد من التخصصات لمساعدة الأطباء. ( )
(٢) وباء	روزم مورتون ممرضة تعمل في أمريكا بقسم ( )
(٣) التمريض	يجب اتباع الإجراءات الاحترازية عند حدوث أي ( )

(أ)	(ب)
(١) المهني	يجب مواصلة التعليم والاطلاع على المستجدات في مجال العمل مدى ( )
(٢) الحياة	يكتسب الأفراد هذه المهارات من خلال التدريب .... المتخصص ( )
(٣) العمل التطوعي	يساعدنا على تكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين ( )

النماذج الإسترشادية

النموذج الأول

اختر الإجابة الصحيحة مما بين الأقواس:

١. عند حدوث حروق بسبب أشعة الشمس من الضروري أخذ حمام ....
(ساخن - بارد - دافئ - شمس)

٢. يجب استخدام مادة غير موصلة للكهرباء مثل عصا........... لإيقاف التيار الكهربائي.
(حديدية - معدنية - نحاسية - خشبية)

٣. من المخاطر التي يتعرض إليها السباكون ....
(الجروح - الحروق - الصدمات الكهربائية - كل ما سبق)

٤. تنمو .... إذا لم يتم طهي المربى بشكل صحيح.
(البكتيريا - الفيتامينات - العناصر الغذائية - السكريات)

٥. تفتقر المشروبات الغازية إلى ....
(الفيتامينات - المعادن - البروتينات - كل ما سبق)

٦. السبب في تسمية صفية زغلول بهذا الاسم تزوجها من القاضي المصري ....
(أحمد عرابي - محمد على - سعد زغلول - إسماعيل باشا)

٧. التنسيق المتناظر من طرق ....
(تطوير مهارات الأعمال - تنسيق الأزهار - إعادة التدوير – الترويج للمنتجات)

٨. تعد .... الموجودة في المشروبات الغازية ضارة و تؤدي إلى مشكلات صحية.
(الفيتامينات - المعادن - الماء - السكريات)

٩. .... من مراحل النمو.
(الطفولة - البلوغ - المراهقة - كل ما سبق)

١٠. يتألف العمل المسرحي من عدة مهارات و مجالات منها ....
(الإخراج - التمثيل - الإضاءة - كل ما سبق)

١١. يستكشف الطالب الوظيفة الملائمة لتطلعاته من خلال ....
(العمل التطوعي - التعلم الأكاديمي - الوظائف المؤقتة – زيارة الأقارب)

١٢. من بدائل الأطعمة المقلية بالزيت ....
(الشوي - الطهي بالبخار - الطهي في الفرن - كل ما سبق)

١٣. من الأطعمة قليلة الدسم ....
(رقائق الذرة - رقائق البطاطس - البرجر - الفيشار)

١٤. .... هو مصدر نباتي للبروتين و الألياف.
(المندي - الفول المدمس – الدجاج - اللحوم)

١٥. تشمل المهارات الفنية ....
(التفكير التحليلي - التفكير الإبداعي - تصميم الأزياء – الوعي الذاتي)

النموذج الثاني

اختر الإجابة الصحيحة مما بين الأقواس:

١. تُعبأ المربى وهي............ في البرطمانات.
(ساخنة - باردة - دافئة - طازجة - مثلجة)

٢. يعد اللبن الزبادي لبناً متخمراً بأنواع ....
(الجراثيم - البكتيريا - الفطريات - الطحالب)

٣. أفضل درجة حرارة لنمو البكتيريا المفيدة لصناعة اللبن الزبادي هي .... درجة مئوية.
(٢٠ - ٤٠ - ٦٠ - ٨٠)

٤. .... هو شخص متخصص في الرعاية الصحية مع التركيز على مجال التغذية.
(أخصائي التغذية - صاحب المطعم - المهندس الزراعي - العميل)

٥. يمكن للطالب تكوين علاقات مهنية تفيد بمستقبله المهني عبر الإلتحاق بـ ....
(وظيفة مؤقته - عمل تطوعي - المدرسة - الجامعة)

٦. يجب على السباكون اتباع احتياطات السلامة لعدم التعرض لـ .... بسبب الأدوات الحادة.
(الجروح - الحروق - الطفح الجلدي - الإختناق)

٧. تسبب السكريات الموجودة بالمشروبات الغازية ارتفاع مستوى .... بالدم.
(الفيتامينات - الألياف - البروتينات - الأنسولين)

٨. الحروق من الدرجة الأولى ....
(شديدة الخطورة - أكثر ألماً - بسيطة - تصيب بالعدوى)

٩. الحلم المشترك بين صفية زغلول و زوجها هو تحرير ....
(بريطانيا - مصر - فلسطين - فرنسا)

١٠. يستخدم .... لحفظ المربي.
(حامض الكبريتيك - حامض الستريك - البكتين - اللاكتوز)

١١. استهلاك المحليات الصناعية يؤدي إلى زيادة ....
الشهية - المدخرات - الفيتامينات - المعادن)

١٢. .... هو جزء من المسرحية.
(الإعداد - الحبكة - المشهد - الجمهور)

١٣. شاركت النساء في الثورة ضد الإحتلال البريطاني بشكل ....
(مسلح - نووي - سلمي - وبائي)

١٤. .... من الأكلات السيناوية.
(الويكا - الكشك الصعيدي - المندي - الصيادية)

١٥. قامت السيدة مورتن بتصوير حياتها كممرضة خلال فترة تفشي جائحة ....
(الطاعون - انفلونزا الطيور - كورونا - الجدري)

مراجعات النخبة

فريق أساتذة النخبة

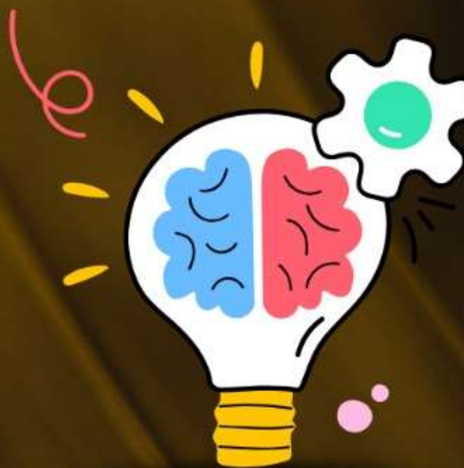
بنك الأسئلة

المراجعة النهائية

الفصل الدراسي الثاني 2025

المهارات المهنية

نموذج الاجابات



6th

الصف السادس الابتدائي

إعداد
أ/ منال عبادي

SCAN ME

يمكنكم الحصول على المراجعات لجميع الصفوف
وفيديوهات الشرح المميزة
من خلال مسح رمز الـ QR Code
يرجى مراعاة حقوق صاحب المحتوى

أكاديمية تراست
اونلاين

الإجابات

اختر الإجابة الصحيحة مما بين الأقواس:

١- ولد الدكتور أحمد مستجير بمحافظه ....

(أ) القاهرة (ب) الدقهلية (جـ) الأسكندرية (د) قنا

٢- أصبح دكتور أحمد مستجير عميدًا لكلية ....

(أ) التجارة (ب) الزراعه (جـ) الطب (د) الهندسة

٣- استفادت دول كثيره من أبحاث د/احمد مستجير عن زراعه محصول .... بمياه البحر

(أ) الفراولة (ب) القمح (جـ) الفول (د) الموز

٤- يعتبر مشروع .... من أبرز مشروعات د/أحمد مستجير

(أ) زراعه الفقراء (ب) سلالات البطاطس (جـ) البذور المختلفة (د) تربية الحيوانات

٥- حصل د/ أحمد مستجير على جائزة الدولة التقديريه في ....

(أ) الفنون والأدب (ب) العلوم والزراعه (جـ) العلوم الاجتماعية (د) الفيزياء الطبيعية

٦- تعمل السيدة روزم مورتون .... في مستشفي بالولايات المتحدة الأمريكية

(أ) معلمة (ب) ممرضه (جـ) مدربة (د) مربية

٧- يقدم الممرضون .... للأشخاص الذين يحتاجون اليها

(أ) الرعاية (ب) الطعام (جـ) الأفكار (د) الملابس

٨- تقدم السيده روزم مورتون نصائح للشباب لأتباع نمط حياه ....

(أ) صحي (ب) سريع (جـ) بطئ (د) سيئ

٩- حصل الدكتور أحمد مستجير على بكالورويس .... من جامعه القاهرة

(أ) الزراعة (ب) التجارة (جـ) الهندسة (د) الطب

١٠- يعتبر دكتور أحمد مستجير رائد علم .... في مصر والعالم العربي

(أ) الطب الوقائي (ب) الهندسة الوراثيه
(جـ) الذكاء الأصطناعي (د) تكنولوجيا الفضاء

١١- استطاع د/ أحمد مستجير اكتشاف سلالات جديدة من القمح والأرز تتحمل درجة عالية من ....

(أ) الأتربة والرياح (ب) الحرارة والرطوبة
(ج) الملوحة والجفاف (د) الهواء الشديد

١٢- أصبح د/ أحمد مستجير عضواً في الكثير من الهيئات والجمعيات منها ....

(أ) مجمع الخالدين (ب) الجمعية المصريه لعلوم الأنتاج الحيواني
(ج) الجمعية المصرية للعلوم الوراثيه (د) جميع ماسبق

١٣- للدكتور أحمد مستجير ايضا اسهامات في .... مثل كتاب (علم أسمه السعاده)

(أ) الكتابة الأدبية (ب) الفن (ج) الرسم (د) المسرح

١٤- تعمل السيدة روزوم مورتون ممرضة في قسم ....

(أ) القلب (ب) الطوارئ (ج) الجراحة (د) الأسنان

١٥- يتلقي الممرضون .... مستمرة في مجال عملهم

(أ) مشاريع (ب) تدريبات (ج) أموال (د) سيئ

١٦- صورت السيد روزوم مورتون حياتها .... أثناء جائحة كورونا

(أ) طباخة (ب) معلمة (ج) ممرضه (د) محامية

١٧- المهارات .... من أهم أنواع المهارات التي يجب أن يمتلكها الأشخاص

(أ) الشخصية (ب) الفنية (ج) العالمية (د) الرسمية

١٨- التدريب الأكاديمي يعمل علي تزويد الأفراد بالمهارات .... الخاصة بعملهم

(أ) الفنية (ب) السلمية (ج) السياسية (د) العالمية

١٩- من طرق تنسيق الأزهار ....

(أ) الراسي (ب) الأفقي (ج) العلوي (د) الملون

٢٠- يتم إضافة .... إلي ماء المزهرية لمد الأزهار بالطاقة

(أ) الألوان (ب) السكر (ج) الملح (د) الورق

٢١- عند تنسيق الأزهار تقطع سيقان الأزهار قطعا .... قبل وضعها في الزهرية

(أ) رأسيا (ب) مائلا (ج) أفقيًا (د) دائري

٢٢- تعتبر مهارة .... من المهارات الشخصية

(أ) التفكير التحليلي	(ب) الفنيه المهنيه
(ج) استخدام البرامج	(د) تنسيق المشاريع

٢٣- تعد مهارة تنسيق وتصميم الحدائق من المهارات ....

(أ) الشخصية	(ب) الفنية	(ج) الفكرية	(د) التحليلية

٢٤- يتم أضافه .... إلى ماء المزهرية لحفظ الأزهار

(أ) قرص أسبرين	(ب) قطعة قماش	(ج) قطعه بلاستيكية	(د) ماده غذائية

٢٥- يجب غمر سيقان الأزهار لمدة ساعة في ماء .... قبل حفظها

(أ) ساخن	(ب) بارد	(ج) مغلي	(د) دافئ

٢٦- التنسيق الراسي للأزهار يتم في الأواني ذات الفوهة ....

(أ) الواسعة	(ب) الكبيرة	(ج) الضيقة	(د) الضخمة

٢٧- للحفاظ على الصحة يجب استبدال الوجبات السريعة بالوجبات ....

(أ) المملحة	(ب) الدهنية	(ج) الصحية	(د) المقلية

٢٨- تشتهر مناطق الدلتا في مصر بطبق ....

(أ) المحشي	(ب) المندي	(ج) البيتزا	(د) البرجر

٢٩- تصبح الوجبات التقليدية لذيذة عند إضافه .... عليها

(أ) الأملاح	(ب) التوابل	(ج) الدهون	(د) الزيت

٣٠- يعتبر .... جزء من المسرحية ككل

(أ) الإعداد	(ب) المشهد	(ج) المكان	(د) الزمان

٣١- يروج المسرح لموضوعات كثيرة منها ....

(أ) السياحة	(ب) السينما	(ج) الأفلام	(د) الأموال

٣٢- يجب أن يكون لكل .... بداية وعقدة وخاتمة

(أ) مشهد	(ب) عقدة	(ج) إطار	(د) اعداد

٣٣- يستخدم فن .... في إعادة تدوير الملابس

(أ) التصوير	(ب) التطريز	(ج) الشعر	(د) الأدب

٣٤- تم اكتشاف أول عمل مطرز داخل مقبرة ....

(أ) أمريكية (ب) فرعونية (جـ) هندية (د) إنجليزية

٣٥- لإعادة تدوير الملابس القديمه نستخدم .... لتطريزها

(أ) الصور القديمة (ب) الخيوط الملونه (جـ) القطع المعدنية (د) قطع مطاطية

٣٦- يمكن استخدام .... للحصول علي تصميمات جديدة للتطريز

(أ) المجلات (ب) الإنترنت (جـ) اللوحات الجدارية (د) جميع ما سبق

٣٧- تعتبر .... من التصاميم المستوحاه من الطبيعة

(أ) أوراق الشجر (ب) الأشكال الهندسية
(جـ) الأشكال الدائرية (د) الأشكال التقليدية

٣٨- يعتبر فن......... من الفنون القديمة

(أ) التطريز (ب) الجرافيك (جـ) الكرتون (د) التجريدي

٣٩- استخدم المصريون القدماء الخيوط المصنوعه من .... لصناعه القطع المميزة

(أ) القطن (ب) الذهب (جـ) المعدن (د) المطاط

٤٠- يمكن إعادة تدوير الملابس القديمة باستخدام ....

(أ) غرز التطريز (ب) القص واللصق (جـ) الصلصال الملون (د) الورقة والقلم

٤١- من أنواع غرز التطريز .... المستخدمة عند إعادة تدوير الملابس

(أ) السلسلة (ب) البطانية (جـ) الفرع (د) جميع ما سبق

٤٢- إنتاج ملابس جديدة يستهلك كميات كبيرة من ....

(أ) البلاستيك (ب) الطاقة (جـ) الأحجار (د) الماء

٤٣- من الأدوات المستخدمة عند صناعه فانوس ....

(أ) غراء لاصق (ب) قطع خشب (جـ) مسدس شمع (د) جميع ماسبق

٤٤- يجب أرتداء .... الواقيه لحماية العينين عند صناعه الفانوس

(أ) الأحذية (ب) النظارات (جـ) الخوذة (د) الأقنعه

٤٥- يمكن اضافه بعض غرز التطريز لـ .... الفانوس

(أ) تزيين (ب) تجميع (جـ) لصق (د) نقل

٤٦- من العوامل التي تساعد علي جذب العملاء لشراء المنتجات ....

(أ) شعار جذاب (ب) مكان العرض (جـ) الترحيب بالعملاء (د) جميع ماسبق

٤٧- عند تصميم منتج يجب أبتكار.......... جذاب للترويج له

(أ) حجم (ب) علامه (جـ) شعار (د) غلاف

٤٨- تتسبب السكريات الموجودة في المشروبات الغازية الي ارتفاع مستوي .... فى الدم

(أ) السكر (ب) الملح (جـ) البروتين (د) الفيتامينات

٤٩- يجب استبدال المشروبات الغازية بـ ....

(أ) المشروبات السكرية (ب) العصائر الطبيعية
(جـ) المشروبات الدايت (د) العصائر الصناعية

٥٠- تؤثر المشروبات الغازية علي صحة ....

(أ) العيون (ب) الجلد (جـ) العظام (د) الفم

٥١- تتميز الوجبات .... بأحتوائها علي جميع العناصر الغذائية

(أ) السريعة (ب) المنزلية (جـ) المقلية (د) الجاهزة

٥٢- يحتاج الرياضيين الي وجبات ....

(أ) سريعه (ب) صحية (جـ) دهنية (د) مقلية

٥٣- يؤدي تناول الوجبات .... الي سوء التغذية

(أ) السريعة (ب) المنزلية (جـ) الصحية (د) البطيئة

٥٤- نستخدم .... لتجميع أجزاء الفانوس

(أ) الغراء (ب) الطلاء (جـ) القماش (د) الصفرة

٥٥- يفضل صناعه الفانوس من .... لسهوله التعامل معه

(أ) البلاستيك (ب) الخشب (جـ) الحديد (د) الالومنيوم

٥٦- لإضافة مساحة الى العرض بشكل عمودي نستخدم ....

(أ) الرفوف (ب) الملصقات (جـ) الشاشات (د) العلامات

٥٧- .... عبارة عن رمز أو كلمة تعبر عن العمل

(أ) الصورة (ب) الشعار (جـ) الشاشة (د) اللافتة

٥٨- يمكن استخدام .... لإخفاء الفوضي

(أ) لافتات (ب) شاشات عرض
(جـ) غطاء طاولة طويل (د) <u>جميع ماسبق</u>

٥٩- الأفراط في تناول المشروبات .... يؤدي الي سوء التغذية

(أ) <u>الغازية</u> (ب) الصحية (جـ) المثلجة (د) الساخنة

٦٠- المشروبات .... خالية من الفيتامينات والمعادن المفيدة للجسم

(أ) الباردة (ب) <u>الغازية</u> (جـ) الطبيعية (د) الصحية

٦١- المشروبات الغازية الدايت .... اختياراً مفيدا للصحة

(أ) دائما (ب) <u>ليست</u> (جـ) غالباً (د) أكيد

٦٢- تتسبب الوجبات السريعة بمرض فقر الدم بسبب نقص عنصر .... بالدم

(أ) <u>الحديد</u> (ب) الكالسيوم (جـ) اليود (د) الزنك

٦٣- تحتوي الوجبات السريعة علي نسبة كبيرة من ....

(أ) الألياف (ب) <u>الدهون</u> (جـ) الفيتامينات (د) المعادن

٦٤- يجب استبدال الوجبات السريعة بالوجبات ....

(أ) المقلية (ب) الدهنية (جـ) الجاهزه (د) <u>الصحية</u>

٦٥- انشات السيده ريبيكا .... للتسويق للأعمال الفنية للفنانين بدون ضرر

(أ) <u>موقع الكتروني</u> (ب) مؤتمر فني (جـ) معارض الفنية (د) سوق يومي

٦٦- يعتبر .... هو الأموال والمعدات التي يحتاجها رواد الأعمال لتأسيس مشروع تجاري

(أ) السوق التجاري (ب) <u>رأس المال</u> (جـ) المشروع الصغير (د) التسويق الالكتروني

٦٧- تقوم السيدة ريبيكا هوي بتخصيص جزء من أرباح الشركه لتحسين ....

(أ) المنازل (ب) <u>المجتمع</u> (جـ) الفن (د) الصحه

٦٨- ساعد مشروع السيدة ريبيكا هوي الفنانون في المجتمعات والقري علي ....

(أ) الحصول على المال اللازم للتعليم (ب) تسويق تصميماتهم
(جـ) عدم مغادرة القري الي المدن للبحث عن عمل (د) <u>جميع ماسبق</u>

٦٩- يعتمد مشروع السيدة ربيكا هوي على تسويق وعرض التصميمات ....

(أ) الفنية (ب) الهندسية (ج) الملونه (د) الطبية

٧٠- تعتبر السيدة (ريبيكا هوي) .... في ناشيونال جيوجرافيك

(أ) رائده أعمال (ب) ممرضه (ج) طباخه (د) معلمة

٧١- الشخص الذي يحدد فرصه تجارية ويؤسس مشروع تجاري ويقدم خدمه أو منتج لتلبية احتياجات السوق هو ....

(أ) المدير العام (ب) رائد الأعمال (ج) الطبيب المتخصص (د) رائد الفضاء

٧٢- ساعدت السيدة ريبيكا هوي الفنانين الموهبين في تسويق تصميماتهم والحصول علي ....

(أ) عائد مادي (ب) شهاده جامعيه (ج) رخصه دولية (د) جوائز مالية

٧٣- تقوم شركة السيدة ريبيكا هوي على .... الشركات الكبري للتعرف علي التصميمات الموجودة علي الموقع

(أ) طرد (ب) شراء (ج) جذب (د) بيع

٧٤- يجب ان تحصل الشركة التي تريد أستخدام أحد التصميمات الفنية من الموقع على .... مقابل مبلغ مالي

(أ) عرض (ب) ترخيص (ج) صور (د) حذف

٧٥- لقب المصريون السيدة .... بأم المصريين

(أ) صفية زغلول (ب) سميحة أيوب (ج) هدي شعراوي (د) نبوية موسي

٧٦- كان منزل (ال زغلول) يعرف بـ ....

(أ) بيت الرجال (ب) بيت الأمة (ج) مكتبة الشعب (د) دار الحكمة

٧٧- عملت السيدة صفية زغلول علي تعزيز حقوق ....

(أ) المراه المصرية (ب) الفنان المصري (ج) الفلاح المصري (د) الطفل المصري

٧٨- كانت السيدة (صفية زغلول) تجيد اللغة ....

(أ) الفرنسية (ب) الصينية (ج) الألمانية (د) التركية

٧٩- لقب المصريون السيدة صفية زغلول بـ ....

(أ) سيدة المسرح (ب) أم المصريين (ج) كوكب الشرق (د) المراه الحديدية

٨٠- تحول بيت ال زغلول المعروف ببيت الأمه عام ١٩٢٥ الى ....

(أ) فندق (ب) مكتبة (ج) متحف (د) مسرح

٨١- تزوجت السيدة (صفية زغلول) من القاضي المصري ....

(أ) مصطفي محمود (ب) سعد زغلول (ج) طلعت حرب (د) احمد عرابي

٨٢- شاركت السيدة (صفية زغلول) في ثورة ١٩١٩ لتحرير مصر من الإحتلال ....

(أ) البريطاني (ب) الفرنسي (ج) الروسي (د) الألماني

٨٣- تعتبر .... من الأطباق المصرية ذات القيمة الغذائية العالية

(أ) الملوخية (ب) البيتزا (ج) البرجر (د) الشاورما

٨٤- يعتبر .... مصدر نباتي للبروتين والألياف

(أ) البطاطس المقلية (ب) الفول المدمس (ج) المربي (د) اللبن

٨٥- أخصائي ..... هو الشخص المتخصص في مجال التغذية ويضع خطط لوجبات لتحسين الصحة

(أ) النفسي (ب) التغذية (ج) الاجتماعي (د) الزراعي

٨٦- يعتبر .... أحد العاملين الأساسيين في المسرحية

(أ) المخرج (ب) المدير (ج) المدرس (د) النجار

٨٧- تعتبر .... هي سلسلة من الأحداث المترابطة

(أ) المشهد (ب) الحبكة (ج) الأعداد (د) الموضوع

٨٨- يجب ان لا تكون .... المسرح في عيون الحاضرين

(أ) اضاءة (ب) خشبة (ج) ستائر (د) ميكروفون

٨٩- المربي عبارة ع خليط من ثمار الفاكهه مضاف اليه ....

(أ) السكر وحامض الستريك (ب) الماء والأملاح
(ج) فاكهة مصنوعة + ماء (د) الخضروات + ملح

٩٠- يجب أن تعبأ المربي وهي ....

(أ) باردة (ب) مثلجة (ج) ساخنة (د) مغلية

٩١- عند صناعة المربي يضاف .... لحفظ المربي من التلف

(أ) السكر المحلي (ب) العصير الطازج
(جـ) حامض الستريك (د) الماء الساخن

٩٢- يعتبر اللبن الزبادي مصدرا هاماً لـ ....

(أ) البروتينات (ب) السكريات (جـ) الدهون (د) الأملاح

٩٣- تعتبر بكتيريا حامض اللاكتيك مفيدة للجهاز ....

(أ) الدوري (ب) الهضمي (جـ) التنفسي (د) العصبي

٩٤- عند صناعة اللبن الزبادي يجب تسخين اللبن أولا عند درجة حرارة ٩٠ لـ........... الميكروبات

(أ) زيادة (ب) قتل (جـ) ظهور (د) نمو

٩٥- تعتبر المربي مصدراً جيداً لـ ....

(أ) الفيتاميات (ب) الأملاح (جـ) البروتيات (د) الدهون

٩٦- لزيادة تماسك المربي يتم أضافه ....

(أ) السكر (ب) البكتين (جـ) الملح (د) العصير

٩٧- تطهي المربي عند درجة حرارة .... حتى يتماسك قوامها

(أ) ١٠٥ (ب) ١٠٠ (جـ) ١٨٠ (د) ١٢٠

٩٨- يعتبر اللبن الزبادي من الوجبات ....

(أ) الضارة (ب) الخفيفة (جـ) الساخنة (د) المعقدة

٩٩- يصبح طعم لبن الزبادي حمضي اذا زادت فترة ....

(أ) التسخين (ب) التحضين (جـ) الحفظ (د) الشاورما

١٠٠- يعد اللبن .... عبارة عن لبن متخمر بأنواع من بكتيريا حامض اللاكتيك

(أ) الساخن (ب) الزبادي (جـ) العادي (د) البارد

١٠١- الاصابات التي تنتج عن التعرض للحرارة أو المواد الكيميائية تسمي ....

(أ) الكدمات (ب) الحروق (جـ) الكسور (د) غير ذلك

١٠٢- حروق الدرجة .... أكثر ايلاماً وتؤثر على الطبقة الأولي والثانية من البشرة

(أ) الأولى (ب) الثانية (ج) البسيطة (د) الكثيرة

١٠٣- يجب عدم استخدام .... عند التعرض للحروق

(أ) المرهم (ب) المعجون (ج) الكريم (د) الشاش

١٠٤- يجب على السباك ارتداء .... لحماية اليدين من الحروق والمواد الكيميائية

(أ) القفازات (ب) النظارات (ج) الأحذية (د) الخوذات

١٠٥- يجب على السباك استخدام ادواته بـ .... لتقليل المخاطر التي يتعرض لها

(أ) عنايه (ب) كسل (ج) اهمال (د) كثره

١٠٦- يجب علي السباك ارتداء .... الواقية في المناطق الصناعية

(أ) الخوذات (ب) الساعات (ج) القمصان (د) الأزياء

١٠٧- تعتبر الحروق من الدرجة .... هي الأشد خطورة حيث تتطلب العلاج بالمستشفي

(أ) الأولي (ب) الثانية (ج) الثالثة (د) البسيطة

١٠٨- عند الأصابة بحروق بسيطة بسبب أشعة الشمس يجب أخذ حمام بارد لـ .... الحرق

(أ) سوء (ب) تهدئة (ج) سرعة (د) أصابة

١٠٩- يجب أجراء .... الأولية عند التعرض للحروق والصدمات الكهربائية

(أ) الأسعافات (ب) الأصابات (ج) التعريفات (د) الخطوات

١١٠- من المخاطر التي يتعرض لها السباك أثناء العمل...........

(أ) السقوط والأنزلاق (ب) استنشاق الغبار

(ج) المياه الساخنة (د) جميع ما سبق

١١١- من قواعد السلامة .... ترتيب المكان والأدوات المستخدمة في العمل

(أ) المهنية (ب) المنزلية (ج) المدرسية (د) الصحية

ضع علامة (✓) أو علامة (✗)

١. يجب التأكد من أن الشخص المصاب بالصدمة الكهربية يتنفس بشكل طبيعي. (✓)
٢. أخطر أنواع الحروق هي الحروق من الدرجة الأولى. (✗)
٣. تقليل درجة الحرارة أثناء التحضين يزيد من تماسك قوام الزبادي . (✗)
٤. يحفظ اللبن الزبادي في الثلاجة في عبوات معقمة ومغلقة . (✓)
٥. روزم مورتون مهندسة كانت تعمل في وكالة ناسا الفضائية . (✗)
٦. السيدة روزم مورتون ممرضة تعمل بقسم الجراحة في أمريكا . (✓)
٧. حصل د. أحمد مستجير على بكالوريوس الطب جامعة القاهرة . (✗)
٨. عمل د. أحمد مستجير مدرسا في كلية الزراعة جماعة القاهرة . (✓)
٩. يمكن لمس شخص بصورة مباشرة في حالة إتصاله بالتيار الكهربي. (✗)
١٠. حروق الدرجة الثالثة هي الأشد خطورة حيث تدمر جميع طبقات الجلد (✓)
١١. المشروبات الغازية تزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب والسرطان (✓)
١٢. يزيد حمض الفوسفوريك من امتصاص الجسم للكالسيوم الضروري . (✗)
١٣. تم اكتشاف أول عمل تطريز في مقبرة الملك (خوفو) (✗)
١٤. استخدم المصريون القدماء خيوط الذهب في صنع القطع المهمة . (✓)
١٥. حصل د. أحمد مستجير على جائزة الدولة التقديرية (✓)
١٦. د. أحمد مستجير هو رائد علم التاريخ والاجتماع في مصر. (✗)
١٧. يجب الاتصال برقم ١٢٣ عند إصابة الشخص بالحروق الشديدة . (✓)
١٨. تتسبب الحرارة فقط في إصابة الأشخاص بالحروق . (✗)
١٩. المشروبات الغازية خالية من أي فيتامينات أو بروتينات أو معادن أو ألياف (✓)
٢٠. زيادة استهلاك المحليات الصناعية يقلل من وزن الشخص . (✗)
٢١. يتم تبريد الأزهار بغمر ساقها في ماء بارد لمدة ساعة . (✓)
٢٢. يجب إزالة الأوراق الموجودة على الجزء السفلي من ساق الأزهار (✓)
٢٣. يحتاج رواد الأعمال إلى رأس مال عند البدء في تأسيس أي مشروع . (✓)
٢٤. لا يحتاج الفنانون إلى شبكة الإنترنت أو أجهزة الكمبيوتر . (✗)
٢٥. التهوية المناسبة والجيدة مهمة للسباكين أثناء القيام بعملهم . (✓)
٢٦. يرتدي السباكون القفازات لتحمي العينين من تأثير السوائل . (✗)
٢٧. يوجد بالمشروبات الغازية كمية كبيرة من السكريات تسبب مشكلات (✓)

٢٨. يجب استبدال المشروبات الغازية عن طريق تناول بدائل صحية (✓)
٢٩. لا يكتسب الطلاب المهارات سوى في المدرسة فقط (✗)
٣٠. لتنسيق الأزهار طريقة واحدة فقط (✗)
٣١. يتم استخدام شبكة الإنترنت في تسويق الأعمال والمنتجات (✓)
٣٢. السيدة ريبيكا هوي رائدة أعمال ومستكشفة في ناشيونال جيوجرافيك (✓)
٣٣. استخدام الأقنعة لتجنب استنشاق الغبار والأدخنة . (✓)
٣٤. يستخدم السباكون مشعل البروبان للوقاية من الحروق . (✗)
٣٥. تؤدي الوجبات السريعة إلى زيادة السمنة بين الأطفال والبالغين. (✓)
٣٦. انتشرت الوجبات السريعة في الزمن الماضي بين الأسر (✗)
٣٧. العمل التطوعي يكون عمل لخدمة المجتمع مقابل الحصول على أجر كبير . (✗)
٣٨. نجاح الموظف أو فشله مرتبط باكتساب مهارات مختلفة (✓)
٣٩. رائد الأعمال هو شخص يؤسس مشروعا تجاريا يقدم منتجا أو خدمة. (✓)
٤٠. القفازات تحمي اليدين من المواد المواد الكيميائية والحروق. (✓)
٤١. تحمي الخوذات الواقية الصلبة العمال في المواقع الصناعية . (✓)
٤٢. يساهم الممرضون في إسهامات عظيمة للمجتمع وينالون التقدير. (✓)
٤٣. أطلق المصريون على (صفية زغلول) اسم (بنت الشاطئ) . (✗)
٤٤. تفتقر الوجبات السريعة إلى وجود الألياف والفيتامينات والمعادن . (✓)
٤٥. تؤدي الوجبات السريعة إلى تأخر النمو وسوء التغذية . (✓)
٤٦. البكتين مادة طبيعية تساعد على تماسك المربى. (✓)
٤٧. يحتوى التفاح على نسبة قليلة من مادة البكتين . (✗)
٤٨. امتلاك المهارات الفنية والمهارات الشخصية أمر مهم . (✓)
٤٩. يكتسب الشخص المهارات من خلال التعلم الأكاديمي فقط . (✗)
٥٠. تحتوي الوجبات السريعة على نسبة قليلة من السكر والدهون . (✗)
٥١. تحتوي رقائق البطاطس على نسبة عالية من الدهون والملح . (✓)
٥٢. يتم تعقيم البرطمانات بوضعها في ماء مغلي لمدة ١٠ دقائق (✓)
٥٣. تعبأ المربى وهي باردة في البرطمانات . (✗)
٥٤. يجب أن يكون لدى الشخص القدرة على إنجاز المهام في وقت محدد. (✓)
٥٥. تنسيق وترتيب الأزهار من الفنون الحديثة . (✗)
٥٦. الوجبات السريعة والمشروبات الغازية تحتوي على نسبة عالية من الدهون . (✓)

٥٧. زيت الزيتون من الزيوت الضارة للجسم ويجب استبداله . (✗)
٥٨. تحتوي المربي على نفس العناصر الغذائية في المواد المصنوعة منها (✓)
٥٩. لم يعرف الإنسان صناعة المربي سوى من وقت قصير. (✗)
٦٠. تصنع أواني الأزهار تصنع من الكريستال أو الخشب أو الزجاج . (✓)
٦١. توضع الأزهار بعد تنسيقها في مكان معرض للشمس المباشرة . (✗)
٦٢. المخبوزات المصنوعة من الدقيق الأبيض تكون صحية ومفيدة للجسم (✗)
٦٣. طبق الصيادية في البيئة الساحلية مكون من الأرز والسمك (✓)
٦٤. بعد تسخين اللبن، يتم تبريد اللبن بسرعة إلى درجة حرارة ١٠ درجة . (✗)
٦٥. بكتيريا حامض اللاكتيك مفيدة للجهاز الهضمي للإنسان . (✓)
٦٦. يجب اختيار لون خيط ملائم للقميص (✓)
٦٧. إعادة تدوير الملابس تزيد من الأضرار البيئية . (✗)
٦٨. اللبن الزبادي وجبة خفيفة يمكن تناولها في العشاء . (✓)
٦٩. بادئات التخمر هي زيادي تم تحضيره من يوم سابق (✓)
٧٠. يمكن استخدام قصاصات الورق لصنع ملابس المسرحية . (✓)
٧١. لا تحتاج المسرحية إلى وجود مخرج أو مدير للمسرح . (✗)
٧٢. يعود فن التطريز إلى عهد المصريين القدماء (✓)
٧٣. لا يمكن صناعة الفانوس من الخشب (✗)
٧٤. الأطعمة الصحية تكون مشبعة بالملح والدهون (✗)
٧٥. أي مسرحية لا بد أن يكون لها حبكة (✓)
٧٦. يفكر الناس دائما في تصميم شعار جذاب للمنتجات (✓)
٧٧. يتم ارتداء النظارات الواقية لحماية العين أثناء تقطيع الخشب . (✓)
٧٨. المشهد هو جزء من المسرحية . (✓)
٧٩. يتم ترك أسلاك الكهرباء والإضاءة على أرضية المسرح . (✗)
٨٠. يجب الترحيب بالعملاء بطريقة ودية (✓)
٨١. زهرة اللوتس ترمز إلى العطاء وهو شعار مناسب للجمعيات الخيرية . (✓)
٨٢. اتباع الإجراءات الاحترازية في المستشفى يقلل من انتشار الوباء . (✓)
٨٣. ارتداء الكمامات الواقية والقفازات يزيد من انتشار الأمراض (✗)
٨٤. أسس د. أحمد مستجير مركز علوم الوراثة . (✓)
٨٥. يتضمن مجال التمريض العديد من التخصصات المختلفة (✓)

صل من (أ) ما يناسبه من (ب)





(أ)	(ب)
(١) المندي	من الوجبات المنتشرة في البيئة الساحلية (٤)
(٢) الكشك	يتميز الصعيد بوجبة (٢)
(٣) المحشي	من أشهر الأكلات في سيناء (١)
(٤) الصيادية	تنتشر وجبة في دلتا النيل. (٣)

(أ)	(ب)
(١) الجراحة	يتمضن العديد من التخصصات لمساعدة الأطباء. (٣)
(٢) وباء	روزم مورتون ممرضة تعمل في أمريكا بقسم (١)
(٣) التمريض	يجب اتباع الإجراءات الاحترازية عند حدوث أي (٢)

(أ)	(ب)
(١) المهني	يجب مواصلة التعليم والاطلاع على المستجدات في مجال العمل مدى (٢)
(٢) الحياة	يكتسب الأفراد هذه المهارات من خلال التدريب .... المتخصص (١)
(٣) العمل التطوعي	يساعدنا على تكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين (٣)

النماذج الإسترشادية

النموذج الأول

اختر الإجابة الصحيحة مما بين الأقواس:

١. عند حدوث حروق بسبب أشعة الشمس من الضروري أخذ حمام ....
(ساخن - بارد - دافئ - شمس)

٢. يجب استخدام مادة غير موصلة للكهرباء مثل عصا........... لإيقاف التيار الكهربائي.
(حديدية - معدنية - نحاسية - خشبية)

٣. من المخاطر التي يتعرض إليها السباكون ....
(الجروح - الحروق - الصدمات الكهربائية - كل ما سبق)

٤. تنمو .... إذا لم يتم طهي المربى بشكل صحيح.
(البكتيريا - الفيتامينات - العناصر الغذائية - السكريات)

٥. تفتقر المشروبات الغازية إلى ....
(الفيتامينات - المعادن - البروتينات - كل ما سبق)

٦. السبب في تسمية صفية زغلول بهذا الاسم تزوجها من القاضي المصري ....
(أحمد عرابي - محمد على - سعد زغلول - إسماعيل باشا)

٧. التنسيق المتناظر من طرق ....
(تطوير مهارات الأعمال - تنسيق الأزهار - إعادة التدوير – الترويج للمنتجات)

٨. تعد .... الموجودة في المشروبات الغازية ضارة و تؤدي إلى مشكلات صحية.
(الفيتامينات - المعادن - الماء - السكريات)

٩. .... من مراحل النمو.
(الطفولة - البلوغ - المراهقة - كل ما سبق)

١٠. يتألف العمل المسرحي من عدة مهارات و مجالات منها ....
(الإخراج - التمثيل - الإضاءة - كل ما سبق)

١١. يستكشف الطالب الوظيفة الملائمة لتطلعاته من خلال ....
(العمل التطوعي - التعلم الأكاديمي - الوظائف المؤقتة – زيارة الأقارب)

١٢. من بدائل الأطعمة المقلية بالزيت ....
(الشوي - الطهي بالبخار - الطهي في الفرن - كل ما سبق)

١٣. من الأطعمة قليلة الدسم ....
(رقائق الذرة - رقائق البطاطس - البرجر - الفيشار)

١٤. .... هو مصدر نباتي للبروتين و الألياف.
(المندي - الفول المدمس – الدجاج - اللحوم)

١٥. تشمل المهارات الفنية ....
(التفكير التحليلي - التفكير الإبداعي - تصميم الأزياء – الوعي الذاتي)

النموذج الثاني

اختر الإجابة الصحيحة مما بين الأقواس:

١. تُعبأ المربى وهي............ في البرطمانات.
(ساخنة - باردة - دافئة - طازجة - مثلجة)

٢. يعد اللبن الزبادي لبناً متخمراً بأنواع ....
(الجراثيم - البكتيريا - الفطريات - الطحالب)

٣. أفضل درجة حرارة لنمو البكتيريا المفيدة لصناعة اللبن الزبادي هي .... درجة مئوية.
(٢٠ - ٤٠ - ٦٠ - ٨٠)

٤. .... هو شخص متخصص في الرعاية الصحية مع التركيز على مجال التغذية.
(أخصائي التغذية - صاحب المطعم - المهندس الزراعي - العميل)

٥. يمكن للطالب تكوين علاقات مهنية تفيد بمستقبله المهني عبر الإلتحاق بـ ....
(وظيفة مؤقته - عمل تطوعي - المدرسة - الجامعة)

٦. يجب على السباكون اتباع احتياطات السلامة لعدم التعرض لـ .... بسبب الأدوات الحادة.
(الجروح - الحروق - الطفح الجلدي - الإختناق)

٧. تسبب السكريات الموجودة بالمشروبات الغازية ارتفاع مستوى .... بالدم.
(الفيتامينات - الألياف - البروتينات - الأنسولين)

٨. الحروق من الدرجة الأولى ....
(شديدة الخطورة - أكثر ألماً - بسيطة - تصيب بالعدوى)

٩. الحلم المشترك بين صفية زغلول و زوجها هو تحرير ....
(بريطانيا - مصر - فلسطين - فرنسا)

١٠. يستخدم .... لحفظ المربي.
(حامض الكبريتيك - حامض الستريك - البكتين - اللاكتوز)

١١. استهلاك المحليات الصناعية يؤدي إلى زيادة ....
(الشهية - المدخرات - الفيتامينات - المعادن)

١٢. .... هو جزء من المسرحية.
(الإعداد - الحبكة - المشهد - الجمهور)

١٣. شاركت النساء في الثورة ضد الإحتلال البريطاني بشكل ....
(مسلح - نووي - سلمي - وبائي)

١٤. .... من الأكلات السيناوية.
(الويكا - الكشك الصعيدي - المندى - الصيادية)

١٥. قامت السيدة مورتن بتصوير حياتها كممرضة خلال فترة تفشي جائحة ....
(الطاعون - انفلونزا الطيور - كورونا - الجدري)